



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**

CARRERA: PSICOLOGÍA EDUCATIVA

TÍTULO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:

**“AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS
ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR. EMILIO
UZCÁTEGUI”, PARROQUIA CEBADAS, CANTÓN GUAMOTE,
PERIODO OCTUBRE 2018- MARZO 2019”**

Autora:

Sofía Jissela Chávez Daquilema

Tutor:

Msc. Juan Carlos Marcillo Coello

Riobamba – Ecuador

2019

REVISIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del tribunal de Graduación del proyecto de investigación del título:
**“AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA
UNIDAD EDUCATIVA “DR. EMILIO UZCÁTEGUI”, PARROQUIA CEBADAS,
CANTÓN GUAMOTE, PERIODO OCTUBRE 2018- MARZO 2019”**

Presentado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema, dirigido por: el Mgs. Juan Carlos
Marcillo Coello.

Una vez revisado el informe final del proyecto de investigación con fines de graduación
escrito en la cual se ha constatado en el cumplimiento de las observaciones realizadas,
remite el presente uso y custodia de la biblioteca de la facultad de Ciencias de la
Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

Mgs. Luz Moreno
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL



Firma

Dr. Claudio Eduardo Maldonado Gavilanez
MIEMBRO DEL TRIBUNAL



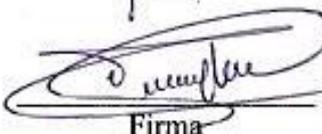
Firma

Mgs. Alex Patricio Tobar Esparza
MIEMBRO DEL TRIBUNAL



Firma

Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello
TUTOR



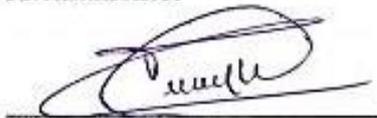
Firma

CERTIFICADO DEL TUTOR

Certifico que el trabajo de investigación previo a la obtención del **TÍTULO DE GRADO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA, ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y FAMILIAR** ; con el tema **“AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR. EMILIO UZCÁTEGUI”, PARROQUIA CEBADAS, CANTÓN GUAMOTE, PERIODO OCTUBRE 2018- MARZO 2019”**, el cual ha sido elaborado por Sofia Jissela Chávez Daquilema; mismo que ha sido revisado y analizado al cien por ciento con el asesoramiento de mi persona en calidad de Tutor, sugiriendo proseguir con el tramite pertinente para su sustentación.

Es todo cuando puedo informar en honor a la verdad.

Atentamente:



Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello
TUTOR

CERTIFICADO DEL PORCENTAJE DEL PLAGIO



DIRECCIÓN ACADÉMICA
VICERRECTORADO ACADÉMICO



CERTIFICACIÓN

Que, **Sofía Jissela Chávez Daquilema** con CC: **0605515030**, estudiante de la Carrera de **Psicología Educativa**, Facultad de **Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **“AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR. EMILIO UZCÁTEGUP”, PARROQUIA CEBADAS, CANTÓN GUAMOTE, PERIODO OCTUBRE 2018- MARZO 2019”**, que corresponde al dominio científico **Educación** y alineado a la línea de investigación **Autoestima y Habilidades Sociales** , cumple con el **.8%**, reportado en el sistema Anti plagio Urkund, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 11 de Junio de 2019

Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello
TUTOR

AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad del contenido, ideas, conclusiones y recomendaciones de este proyecto de investigación, previa la obtención del Título de Licenciada en Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar, con el Tema **“AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR. EMILIO UZCÀTEGUI”, PARROQUIA CEBADAS, CANTÓN GUAMOTE, PERIODO OCTUBRE 2018- MARZO 2019”** con autoría de Sofía Jissela Chávez Daquilema con cédula 0605515030 y el patrimonio intelectual de la Universidad Nacional de Chimborazo.



Sofía Jissela Chávez Daquilema
0605515030

AGRADECIMIENTO

A Dios por guiar mi vida pues gracias a él, he podido llegar a donde estoy, a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías por brindarme la oportunidad de poder formarme como profesional en una de sus distinguidas carreras. A mis queridos padres por ser mi apoyo incondicional y darme las fuerzas para salir siempre a delante. A mis queridos docentes por el apoyo brindado en lo académico y personal, a mi tutor por acompañarme en el proceso de elaboración de la tesis.

Sofía Jissela Chávez Daquilema

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación quiero dedicar, a mis amados padres; María Daquilema por ser mi guía, amiga, compañera, la mejor madre y a quien amo infinitamente, Aquiles Chávez por ser un gran padre, amigo, por brindarme su apoyo y amor incondicional. A mi querido hermano Mauro Chávez por cada palabra de aliento en los momentos que más necesite. A mi hermana Jenny Chávez gracias por ser mi amiga, compañera fiel en todo momento, por cada consejo y por preocuparte siempre por mi bienestar. y a mi hermana Joselyn Chávez por su paciencia, consejos y apoyo brindado durante mi vida.

Sofía Jissela Chávez Daquilema

ÍNDICE DE CONTENIDO

Revisión del tribunal	II
Certificado del tutor	III
Certificado del porcentaje del plagio	IV
Autoria de la investigación	V
Agradecimiento	V
Dedicatoria	VII
Índice de contenido	VIII
Índice de cuadros	XI
Índice de gráficos	XII
Resumen	XIII
Abstract	XIV
1. Introducción	1
1.1. Planteamiento del problema	2
1.2 Justificación e importancia del problema	3
2. Objetivos	4
3. Estado del arte	5
3.1. Autoestima	5
3.1.1. Consideraciones generales	5
3.1.2. Componentes del autoestima	5
3.1.3. Los componentes de la autoestima cognoscitivo	6
3.1.5 Niveles del autoestima	7
3.1.6 Desarrollo del autoestima	7
3.1.7 Características del autoestima	8
3.1.8. Dimensiones del Autoestima	9
3.1.9. Identificación del autoestima	11
3.2. Habilidades Sociales	12
	VIII

3.2.1. Consideraciones generales	12
3.2.2. Diferentes grupos de habilidades sociales	12
3.2.3. Clasificación de las habilidades sociales	14
3.2.4. Estilo de respuesta	14
3.2.5. Dimensiones conductuales dentro de las habilidades sociales	14
4.1 Enfoque de investigación	16
4.2. Diseño de la investigación	16
4.3 Tipo de investigación	16
4.3.1 Por el tiempo	16
4.3.2 Por el nivel o alcance	16
4.3.3 Por el lugar	16
4.4. Población	17
4.5 Muestra no probabilística intencional	17
4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	17
4.6.1Técnicas	17
4.6.2. Instrumentos de procesamiento de información	17
4.7.Técnicas de análisis y procesamiento de datos	18
5 Resultados y discusión	19
6. Conclusiones y recomendaciones	28
6.1 Conclusiones	28
6.2 Recomendaciones	29
7. Referencias bibliográficas	32
8. Anexos	xvi
Anexo 1	xvi
Anexo 2	xvi

Anexo 3.- Prueba Psicológica de Autoestima

xviii

Anexo 5.- Escala de Habilidades sociales

XXV

ÌNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1.- Población y muestra	17
Cuadro N°2: Técnicas e Instrumentos a utilizar en la investigación	17
Cuadro N°3 Nivel de Autoestima	.20
Cuadro N° 5 Autoestima en los estudiantes	21
Cuadro N°6 Nivel de Autoestima	22
Cuadro N° 8 Escala de habilidades sociales aplicado a los estudiantes de tercero de bachillerato “A”	23
Cuadro N° 9 Niveles de habilidades sociales	23
Cuadro N° 11 Escala de habilidades sociales aplicado a los estudiantes de tercero de bachillerato “B”	25
Cuadro N° 12 Niveles de habilidades sociales	25
Cuadro N° 14 Correlación entre las dos variables programa InfoStat	27

ÌNDICE DE FIGURAS

Gráfico N° 1 Resultados de la Escala de Autoestima	20
Gráfico N° 2 Resultados de la Escala de Autoestima	22
Gráfico N° 3 Resultado de la escala de habilidades sociales	24
Gráfico N° 4 Resultados de la escala de habilidades sociales	26
Gráfico N° 5 Relación en el programa InfoStat	27

RESUMEN

El trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación del autoestima con el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 3er año de Bachillerato General Unificado “A” y “B”, de la Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcátegui, Parroquia Cebadas, Cantón Guamate, Periodo Octubre 2018- Marzo 2019”, siendo de gran importancia dentro del desarrollo personal de los estudiantes. El autoestima es considerada como una estructura cognitiva de experiencia evaluativa, real e ideal que una persona hace de sí mismo, condicionada socialmente en su formación y expresión, lo cual implica una evaluación interna y externa de sí mismo. Las Habilidades Sociales son el conjunto de respuestas verbales y no verbales, particularmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo se desarrolla.

Metodológicamente se trabajó con un enfoque cuantitativo, el diseño es de tipo no experimental, por el tiempo es transversal, por el nivel o alcance es descriptiva correlacional, por el lugar es de campo, bibliográfica, la muestra fue no probabilística e intencional por parte de la investigadora y consiste de 37 estudiantes de la Institución seleccionada.

Para la recolección de datos fueron utilizadas pruebas Psicométricas, como instrumento se utilizó la Escala de autoestima de Coopersmith, en el cual nos permite determinar los 3 niveles de autoestima; alta, media y baja que tienen los estudiantes, para la otra variable se utilizó la Escala (Habilidades sociales EHS) de Elena Gismero, en la que a mayor puntuación final dentro de los diferentes grupos de habilidades sociales que puede presentar el estudiante en base a su desarrollo. En conclusión, se determinó que el autoestima tiene gran relación dentro del desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Dr. Emilio Uzcátegui de la parroquia de Cebadas.

Palabras claves: << Autoestima, Habilidades Sociales>>

ABSTRACT

The objective of the research work was to determine the relationship of self-esteem with the development of social skills in the 3rd year students of Unified General High School "A" and "B", of the Educational Unit "Dr. Emilio Uzcátegui, Cebadas Parish, Guamote town, October 2018-March 2019 Period ", being of great importance within the personal development of the students. Self-esteem is considered as a cognitive structure of evaluative experience, real and ideal that a person makes of himself, conditioned socially in his training and expression, which implies an internal and external evaluation of himself. Social Skills are the set of verbal and non-verbal responses, particularly independent and situationally specific, through which an individual develops.

Methodologically we worked with a quantitative approach, the design is non-experimental, by time it is transversal, by the level or scope it is descriptive correlational, by the place it is field, bibliographic, the sample was not probabilistic and intentional on the part of the researcher and consisted of 37 students of the selected Institution.

For the data, collection Psychometric tests were used, as an instrument the Coopersmith Self-esteem Scale, in which it allows us to determine the 3 levels of self-esteem; Elena Gismero's Scale (Social Skills EHS), in which the highest final score within the different groups of social skills that the student can present on the basis of its development. In conclusion, it was determined that self-esteem has a great relationship within the development of the social skills of the students of the Educational Unit Dr. Emilio Uzcátegui in the parish of Cebadas.

Keywords: << Self-esteem, Social Skills >>




Reviewed by: Marcéla González R.
English Professor

INTRODUCCIÓN

Desde el punto de vista científico y teórico, el autoestima es concebida como una estructura con varios niveles cognitivos de experiencia evaluativa, esta puede ser real e ideal que el individuo hace de sí mismo, condicionada socialmente en su formación y expresión, lo cual implica una evaluación interna y externa del yo, basándose en los diferentes enfoques y contextos que se pueden detectar en el diario vivir de las personas (Domínguez, 2015).

Mientras que habilidades sociales son un conjunto de respuestas verbales y no verbales, particularmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en sus relaciones interpersonales: sus necesidades, sentimientos, preferencias, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza la probabilidad de conseguir refuerzo externo para que de esta manera se relaciones adecuadamente con el medio en el que se desarrolla (Coopersmith, 1976).

El autoestima y las habilidades sociales forman algunos de los constructos más interesantes dentro del espacio de la Psicología. Actualmente existen numerosos conflictos en los alumnos que en su conjunto se relaciona con el autoestima o un incorrecto uso de sus habilidades sociales; los adolescentes atraviesan por varios cambios significativos, características específicas de los estudiantes de tercero de bachillerato como: cambios físicos y psicológicos en el período de la pubertad y adolescencia, inadaptación del cambio de nivel académico de Instrucción Básica Media - Educación Básica Superior, puede repercutir de una representación relevante proporcionando como efecto un nivel inapropiado de autoestima.

La presente investigación toma como base la presencia de problemas en el autoestima de los estudiantes que se manifestaron en la mala relación con sus profesores, compañeros, un mal desenvolvimiento en público, después de analizar el entorno de la problemática que los afecta, y la manera en que se ven reflejados en diferentes aspectos uno de ellos son las habilidades sociales; en este contexto, se enfoca el estudio en la parroquia de Cebadas, cantón Guamate, provincia de Chimborazo.

El informe de investigación se configura con otros parámetros técnicos que exige un proceso de investigación científica – educativa, es decir se establecen los objetivos de estudio, se describe la fundamentación teórica según las variables, el componente metodológico orientó el desarrollo sistemático del proceso basado en el enfoque – diseño, tipos de investigación y técnicas e instrumentos de recolección de datos aplicados en su momento para arribar a la discusión, análisis e interpretación de datos que posibilitaron establecer las conclusiones y recomendaciones del trabajo investigativo.

CAPÍTULO I

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A nivel mundial se ha determinado que las habilidades sociales en los adolescentes hoy en día no las desarrollan de manera adecuada dentro de los diferentes contextos en que cada uno vive, se plantea que alrededor de 30 millones de adolescentes reflejan dificultades, esto afecta en su interacción con sus pares tanto en el sistema educativo o en el ambiente social, además estas dificultades se relacionan con las bases establecidas en las familias en tempranas edades (Mangrulkar, 2001).

Este fenómeno no es ajeno a la realidad que acontece en el Ecuador se espera que las relaciones, socio-afectivas puedan mejorar con un cambio social conforme al entorno que atraviesa el país en los últimos años; sin embargo, en la actualidad se encuentra muchas falencias que se observa a simple vista, el autoestima influye en el desarrollo correcto de relaciones sociales que se verán transferidas en los futuros adolescentes.

Trasladando esta realidad al contexto del cantón Guamote y en la parroquia de Cebadas se puede observar en las instituciones educativas en general, que los alumnos cada día se agrupan entre sí, reflejando falencias de una interacción social adecuada de los mismos, confrontando a un grupo de adolescentes con carencia de autoestima que se ha identificado en la seguridad que demuestran, la participación activa en las actividades de formación y relaciones con el grupo, en momentos en los cuales la mayoría de los estudiantes están socializando no lo hacen de manera correcta.

En este contexto, el tema de investigación resulta ser importante analizarlo debido a que se presentan niveles notables de baja autoestima, en los niños, niñas y adolescentes, además la necesidad de abordar tanto los niveles de autoestima como las relaciones interpersonales que configuran las habilidades sociales de los adolescentes de esta zona, específicamente en los estudiantes de tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcátegui”, generando consecuencias negativas dentro del ámbito personal y de los contextos educativo y social.

En los últimos años en el ámbito educativo se ha detectado un cambio notable en la incidencia del comportamiento social, en especial en los adolescentes posiblemente provocado por los niveles notables de baja autoestima y por ende se refleja en la búsqueda de aceptación con sus pares, el malestar causado por estos problemas es muy evidente en las comunidades campesinas de esta parroquia.

Por ello en esta parroquia, algunas instituciones gubernamentales y ONG's han ejecutado proyectos de desarrollo local con el fin de ayudar en la mejora de las condiciones

referentes a las relaciones sociales entre los habitantes y especialmente en los grupos más vulnerables como son los adolescentes, una de las principales alternativas que se ha visto es el apoyo que brindan los médicos del Subcentro de Salud de la parroquia, en la atención y capacitación a los estudiantes sobre temas de interés como los anteriormente mencionados.

1.2 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL PROBLEMA

Este proyecto de investigación es de gran importancia desarrollarlo puesto que en base a el desarrollo del proyecto vinculación desarrollado en el cantón Guamote y en la U. E Velasco Ibarra en el cual se trabajó con adolescentes en los que se detectó estas dificultades en las dos variables durante el tiempo que se duró el proyecto.

Dentro de esta Unidad Educativa que se encuentra en la parroquia de Cebadas, se ha detectado dificultades entre autoestima y habilidades sociales, dentro de lo manifestado por miembros del Subcentro de Salud de la localidad y de manera personal se ha palpado dichas dificultades dentro de esta unidad, las mismas que deben de ser trabajadas tanto los ámbitos; educativo, familiar, social; para fortalecer así su autoestima porque si elevamos su amor propio se lograra obtener cambios en sus relaciones interpersonales e intrapersonal.

En la mayoría de las comunidades muchos de los adolescentes que están con edades propias para estar cursando sus estudios en las instituciones educativas no lo pueden realizar por su factor económico y la distancia del mismo les impiden acudir con regularidad al plantel, en el ámbito educativo se ha observado un déficit notable de parte de docentes al no haber un compromiso con la educación que brindan a los adolescentes, y un servicio apropiado de desarrollo e intervención de un psicólogo, que pueda guiar, orientar y procurar la solución de este tipo de problemas que se acrecientan cada vez más en su complejidad.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General:

- Determinar la relación del autoestima con el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 3er año de Bachillerato General Unificado “A” y “B”, de la Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcátegui, Parroquia Cebadas, Cantón Guamote, Periodo Octubre 2018- Marzo 2019”

2.2. Objetivo Específico:

- Establecer el nivel de autoestima de los estudiantes.
- Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales que presentan los estudiantes.
- Analizar la relación entre el autoestima y las habilidades sociales.

CAPITULO II.- ESTADO DEL ARTE

3.1. AUTOESTIMA

3.1.1. Consideraciones generales

En los diferentes ámbitos de la Educación y la Psicología preexisten muchos autores que se han preocupado del estudio del autoestima dentro de los diferentes contextos en los que se desarrollan las personas y en especial en los adolescentes, por ser este un elemento importante en el proceso de enseñanza - aprendizaje y en el desarrollo integral de los mismos, a continuación, se presentarán algunas definiciones sobre el autoestima planteadas por diversos investigadores.

A decir Branden (2001) define autoestima como el autoestima es una estructura cognitiva de experiencia evaluativa, real e ideal que una persona hace de sí mismo, condicionada socialmente en su formación y expresión, lo cual implica una evaluación interna y externa de sí mismo; Interna en cuanto al valor que le atribuimos a nuestro yo y externa se refiere al valor que creemos que otros nos dan.

Abraham Maslow citado por Rodríguez (2015) Sólo podremos amar cuando nos amemos y aceptamos a nosotros mismos, con los defectos y virtudes que nos hace únicos frente a los demás. Cada individuo es la medida de su amor a sí mismo; su autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyecta y esta se refleja en la manera en que es vista tanto por sus pares, familiares y demás personas dentro de los diferentes contextos en los que este se desarrolle.

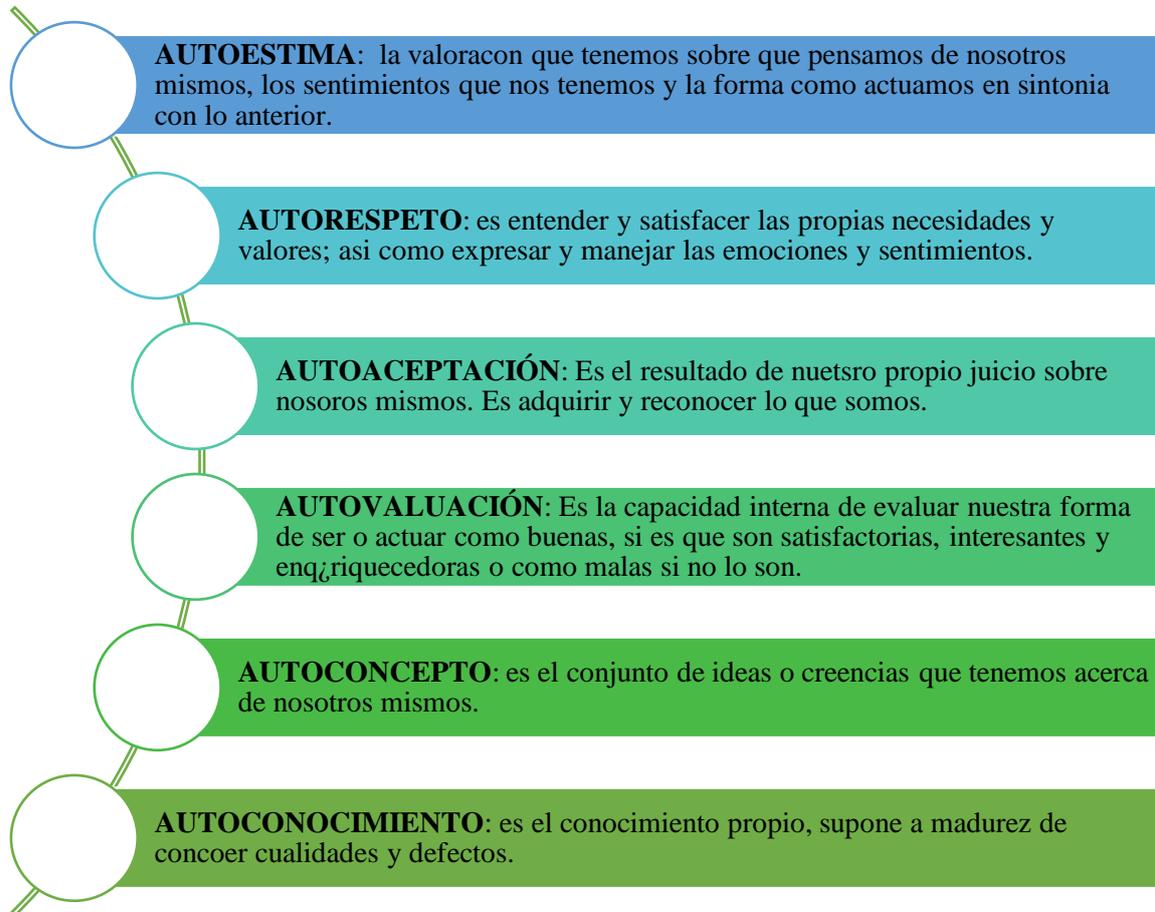
3.1.2. Componentes del autoestima

Según Cortez de Aragón (2015) La autoestima tiene una serie de componentes de diversa índole, entre los cuales señala: el componente cognoscitivo, el componente emocional y componente conductual. Los diferentes componentes de las autoestimas son muy diversos para ellos tomaremos en cuenta los diferentes conceptos de cada uno.

- Componente cognoscitivo: denominado autoconocimiento, autoconcepto, autocomprensión, autoimagen y autopercepción, hace referencia a las opiniones, ideas, creencias, percepción y procesamiento de la información.
- Componente emocional-afectivo: Tiene un componente valorativo, lleva al reconocimiento de lo que en nosotros hay de positivo y de negativo, implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, que siente la persona de sí misma.
- Componente conductual: Se refiere al modo de actuar, a la intención y actuación que hace la persona por sí misma, es decir, cómo nos enfrentamos con nosotros

mismos, partiendo de la premisa que la autoestima es conocerse, evaluarse y aceptarse, no es menos cierto que implica la acción hacia el exterior o actividad con el entorno, en otras palabras interacción y adaptación al medio (Dominguez, 2015).

3.1.3. Los componentes del autoestima cognoscitivo



Fuente: Rommel Harrinson Camacho Castillo-La Autoestima
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

3.1.4. Tipos de Autoestima.

Autoestima positiva.

Se refiere a la manera en que la persona se ve así mismo, la seguridad que tiene, su confianza, es capaz de mostrarse como es sin hacer daño a las demás, son capaces de cuidarse y de ganarse fácilmente el aprecio de la personas que se encuentran en su alrededor, dentro de este tipo de autoestima se ve reflejado el sentimiento de capacidad y el valor, las personas que presentan este autoestima son capaces de sobresalir a retos o problemas que se les plantea en su vida de manera asertiva, dentro de las relaciones sociales este tipo de individuos son considerados como no autocráticos, puesto que mantienen el respeto tanto consigo mismo y con relación a los demás.

Autoestima negativa.

Las personas que presenta este tipo de autoestima se ven como personas inseguras de sí mismas, incapaces de enfrentar o realizar acciones que se le presentan dentro de su vida diaria, tienen a rendirse con facilidad y fracasar, no son personas que buscan soluciones, son conformistas, la manera en que ellos logran sus metas o triunfar en la vida es convirtiéndose siempre en víctimas de las circunstancias.

3.1.5 Niveles del autoestima

Según lo que expresa Coopersmith sobre el autoestima plantea tres niveles:

- Autoestima alta:

Son personas expresivas, asertivas, con éxito académico y social, confían en sus propias expresiones y esperan siempre el éxito, consideran su trabajo de alta calidad y mantienen altas expectativas con respecto a trabajos futuros, manejan la creatividad, se auto respetan y sienten orgullo de sí mismos, caminan hacia metas realistas.

- Autoestima media:

Es más frecuente encontrar personas que tengan autoestima medio puesto que son aquellas tienen confianza en sí mismos, en casos cede a las opiniones de los demás, estas personas son aquellas que se ven fuertes frente a las circunstancias, brindan apoyo al que necesite, pero en el interior son personas muy sensibles y llegan a sufrir. Este autoestima presenta dos factores muy importantes como es la estructura consciente y esta debe de ser estable, puede mejorar y convertirse en un autoestima alto o por lo contrario este puede variar y disminuir por causa de los fracasos.

- Autoestima baja:

Son individuos desanimados, deprimidos, asilados, consideran no poseer atractivo, son incapaces de expresarse y defenderse; se sienten débiles para vencer sus deficiencias, tienen miedo de provocar el enfado de los demás, su actitud hacia sí mismo es negativa, carecen de herramientas internas para tolerar situaciones y ansiedades (Coopersmith, 1976).

Para poder llegar a mantener un autoestima adecuado o estable dentro de nuestro contexto social según lo que manifiesta (Eguizabal, 2007).

3.1.6 Desarrollo del autoestima

Según lo mencionado por Coopersmith, cada persona tiene su autoestima con base en las diferentes etapas y procesos personales en su desarrollo, entre los más notorios se encuentran:

- El nivel para brindar un buen trato en base al respeto, tolerancia, aceptación hacia las personas que están a nuestro alrededor.
- El éxito de una persona se basa en como este ve reflejada su vida en el mundo y su posición en el mismo.
- Las metas, aspiraciones que este se llega a plantear y se logra comprender que estas pueden cambiar con el pasar del tiempo durante este proceso.
- Cuando el autoestima disminuye la persona no logra solucionar alguna dificultad o se limita a desarrollar alguna actividad por no cometer algún error.

3.1.7 Características del autoestima

Es variable por diferentes rasgos:

El autoestima baja.

Va a presentar dificultad en lo que refiere a la pertenencia a un grupo, sentimientos de culpabilidad, le afecta las críticas, es rechazado, no tiene una identidad firme, esta es cambiante, no tiene autoconfianza, tienen un pensamiento negativo al iniciar alguna actividad, no trabajan en grupo o evitan por sentirse menos que los demás, se auto aíslan, no creen poder liderar algún grupo o actividad por su actitud negativa, buscan tener una persona que genere poder u orden en las actividades que realicen.

Dentro del ámbito educativo y en referencia a adolescentes es de gran importancia puesto que este es muy versátil dentro de su avance gracias a los diferentes factores que influyen en su desarrollo, pueden verse reflejado en su rendimiento académico, en su comportamiento; puede además llegar a caer en una depresión y esta deberá ser atendida y tratada por un profesional, se necesitará así el apoyo de la familia o personas que estén cerca del adolescente para que este proceso sea superado de manera exitosa.

Autoestima alta.

La persona que presenta un autoestima alto es aquella que se conoce muy, bien sabe que puede cometer errores como todo ser humano y que eso no le hace menos que los demás, puesto que de eso se trata la vida, además se muestra tal cual es, no tiene miedo a expresarse, es perseverante al momento de cumplir sus metas, anhelos, al hacerlos se siente una persona realizada y exitosa, su vida no se maneja en relación de otras personas o familiares, vive su vida como quiere pero tomando en cuenta los riesgos y esto no genera ningún sentimiento de vergüenza.

El autoestima se lo debe fortalecer desde edades tempranas y en la familia puesto que con el tiempo se alcanzará que la persona sea segura de sí misma, su desarrollo social

será saludable en relación con su confianza, al alcanzar un autoestima adecuado garantizará el éxito en la vida, puesto que sabrá cómo manejarla y como superar los conflictos que se planteen.

3.1.8. Dimensiones del Autoestima

Coopersmith (1976) plantea que el autoestima presenta cuatro dimensiones o autoestimas, las cuales son específicos en relación a cada persona, en base a como las va experimentando durante su vida, según sus fortalezas y debilidades y estas se reflejan dependiendo como se han desarrollado, las mismas que son:

Sí mismo, esto consiste en la evaluación propia que la persona realiza de manera consecutiva en un momento determinado por sí mismo, en la que toma en cuenta su condición física, sus fortalezas, debilidades, se lo realiza en un base a un juicio personal; dentro de esta dimensión , se toma en consideración lo afectivo, este puede verse reflejado en correspondencia con las experiencias de su vida diaria y como el individuo se ve frente a otras personas, se siente atractivo.

Social “pares”, se refiere a la facilidad para interactuar con las personas que están a su alrededor, estos pueden ser sus amigos, compañeros de clase, personas extrañas en varios espacios sociales. También corresponde con la manera que cada persona tiene para enfrentarse a alguna acción o actividad de la vida diaria, puede tomar la batuta, se siente bien al relacionarse con personas del sexo opuesto, logra solucionar conflictos de manera asertiva y esta dimensión tiene que ver con la solidaridad.

Hogar “padres”, se ve reflejado de manera directa en las diferentes situaciones con el círculo familiar dentro de las diferentes cualidades y habilidades en relación con la consideración, llega a compartir los valores para identificar lo que está bien y lo que está mal dentro de la familia, tomando en cuenta que la familia es el primer ente socializador que tienen los niños y del cual va a tomar acciones como ejemplos a seguir como actitudes, valores, hábitos y roles, esto puede ser transmitido de generación en generación, en esta dimensión se verá formada la personalidad del niño y esta será la base para que se desarrolle la autoestima inicial.

Escuela esta se basa en como el individuo se ve dentro del ámbito educativo y el desempeño de este en lo académico, se genera la capacidad para resolver dificultades de manera asertiva, dentro del mismo se verá reflejado la inteligencia, no solamente de manera general si no se toma en cuenta las diferentes inteligencias de cada persona está

desarrollando y fortaleciendo, teniendo en cuenta sus aptitudes y áreas cognitivas de gran importancia.

Dentro de la formación del autoestima el individuo toma en cuenta diferentes factores que estarán relacionados a la manera que se ve el mismo con relación a su contexto, el grado de satisfacción que tienen, cada cambio que se genere va a influir en el fortalecimiento de su autoestima, con relación a lo que manifiestan Haeuessler y Milicic, detallan las siguientes dimensiones del autoestima:

- Dimensión física, esta se refiere al hecho de que ambos sexos pueden sentirse atraído de manera física en diferentes contextos sociales.
- Dimensión social esta se refleja en lo que se conoce como pertenencia, en los adolescentes presenta en mayor fuerza puesto que en esta etapa buscan la aceptación de sus pares para poder sentirse parte de un grupo, y de esta manera sentirse capaz de poder enfrentar de manera victoriosa cualquier dificultad que se le pueda presentar en lo que refiere a sus relaciones sociales.
- Dimensión afectiva, esto se basa en la autopercepción de la personalidad, en relación con esto el individuo puede decir que es alguien simpático o antipático, si es estable o inestable esto va a depender de su propio punto de vista.
- Dimensión académica se ve reflejado en lo que cada persona ve dentro de lo académico, es inteligente, innovador, constante, hay personas que sienten que están dando todo de sí y que se ve reflejado en su rendimiento, pero hay otras que sienten que dan todo pero no lo ven reflejado en su rendimiento en ese momento nace la capacidad de rendir bien y de poder ajustarse a las exigencias de la sociedad y del sistema educativo.
- Dimensión ética este punto de vista se basa más en como una persona se siente, puede ser como alguien confiable, entusiasta, trabajador, dedicado, esto se verá reflejado en relación con las normas y valores implantados desde la niñez de cada persona; lo planteado por los autores anteriormente mencionados, nos dan a conocer dimensiones que se relacionan con las que plantea Coopersmith(1990), por lo que se puede ver que conjuntamente las dimensiones detalladas se logra llegar a formar un autoestima general de la persona(Pinedo, 2012).

3.1.9. Identificación del autoestima

Es necesario llegar a identificar nuestra autoestima, puesto que si mantenemos un autoestima medio se logrará mantener una vida tranquila y estable, es por ello que se tiene que detectar si nuestra autoestima es baja tomando en cuenta lo siguiente:

- **Autocrítica rigurosa:**

Se basa en poder criticar, lo que se hace, se dice y como se actúa en el diario vivir esto va a generar un estado de insatisfacción consigo mismo.

- **Hipersensibilidad a la crítica de los demás:**

En algunos momentos llegan a sentirse mal consigo mismos y por ello que se genera un miedo a que juzguen o no acepten su comportamiento dentro de su contexto y cada crítica puede llegar a afectar de manera notoria en la vida de cada persona.

- **Indecisión crónica:**

La persona puede poseer la información que necesite, pero no puede tomar su decisión por el miedo a fracasar o equivocarse.

- **Deseo excesivo de complacer:**

No se atreve a decir no a alguna petición que le han hecho por miedo a perder la estima de esta persona o personas, miedo a sentirse inútil al no poder ayudarles.

- **Perfeccionismo:**

Se basa en la autoexigencia de la persona “tiene que hacerlo todo perfectamente”, y si no se logra dicha perfección conlleva a un sentimiento de culpabilidad por no lograr lo que se quería.

- **Culpabilidad neurótica:**

Sentirse culpables por acciones no generalmente malas, exagerando o alterando la realidad de los errores, genera en una persona un sentimiento de culpa y que no puede perdonarse por lo ocurrido.

- **Hostilidad flotante:**

Las personas se encuentran siempre a la defensiva, listos para explotar frente a algún echo o acción que no está dentro de su zona de confort, esto puede causar molestias con las personas de su alrededor, puesto que en muchos casos reacciona por cosas sin importancia, la hostilidad es propio de personas que no están satisfechas con las cosas, a todo le encuentran un defecto y por ende les decepciona todo.

- **Tendencias defensivas:**

Esto sucede en el momento que el autoestima esta baja y la forma de ver las cosas es más negativa, pesimista (Rojas, 2017).

3.2. HABILIDADES SOCIALES

3.2.1. Consideraciones generales

Se menciona que al hablar de habilidades sociales se refiere a todas las destrezas relacionada; con la conducta social en sus múltiples manifestaciones; el término “habilidad” se emplea para destacar que la competencia social no es un rasgo de la personalidad, sino un conjunto de respuestas específicas asociadas con determinadas clases de estímulos que son adquiridas mediante el proceso de aprendizaje (Peñañiel, 2010).

Se define a la conducta socialmente habilidosa como: El conjunto de respuestas verbales y no verbales, particularmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto-reforzamiento y maximiza la probabilidad de conseguir refuerzo externo (Gismero, 2010).

3.2.2. Diferentes grupos de habilidades sociales

Arnold Golstein, Psicólogo estadounidense, en 1980 propone lo siguiente: Exponemos las 50 habilidades del Aprendizaje Estructurado en el mismo orden en el que las analizaremos. Hay que tener en cuenta que están divididas en seis grupos: I, primeras habilidades sociales; II, habilidades sociales avanzadas; III, habilidades relacionadas con los sentimientos; IV, habilidades alternativas a la agresión; V, habilidades para hacer frente al estrés; y VI, habilidades de planificación (Goldstein, 1989).

Grupo I: Habilidades sociales básicas

- Escuchar
- Iniciar una conversación
- Mantener una conversación
- Formular una pregunta
- Dar las gracias
- Presentarse
- Presentar a otras personas
- Hacer un elogio

Grupo II: Habilidades sociales avanzadas

- Pedir ayuda
- Participar
- Dar instrucciones
- Seguir instrucciones
- Disculparse
- Convencer a los demás.

Grupo III: Habilidades relacionadas con los sentimientos

- Conocer los propios sentimientos.
- Expresar sentimientos.
- Conocer los sentimientos de los demás.
- Enfrentarse al enfado del otro.
- Expresar afecto.
- Resolver el miedo.
- Autorrecompensarse

Grupo IV: Habilidades alternativas a la agresión

- Pedir permiso
- Compartir algo
- Ayudar a los demás,
- Negociar
- Empezar el autocontrol,
- Defender los propios derechos,
- Responder a las bromas,
- Evitar los problemas con los demás
- No entrar en peleas.

Grupo V: Habilidades para actuar frente al estrés

- Formular una queja
- Responder a un lamento
- Demostrar deportividad después de un juego
- Resolver la vergüenza
- Arreglárselas cuando te dejan de lado
- Defender a un amigo
- Responder a la persuasión
- Responder al fracaso

- Enfrentarse a los mensajes contradictorios

Grupo VI: Habilidades de planificación

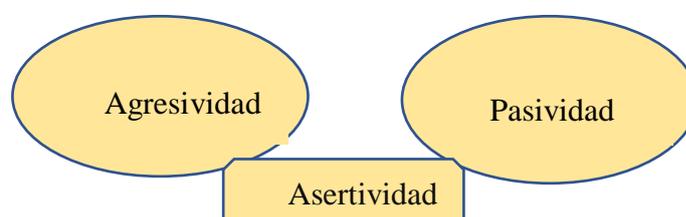
- Tomar decisiones realistas
- Discernir sobre la causa de un problema
- Establecer un objetivo
- Determinar las propias habilidades
- Recoger información
- Resolver problemas según su importancia
- Tomar una decisión eficaz
- Concentrarse en una tarea

3.2.3. Clasificación de las habilidades sociales

Dentro de los diferentes enfoques que les han dado a las habilidades sociales puesto que el autoestima y la inteligencia emocional son temas que se relacionan mucho, es por ello que es importante dentro de las relaciones interpersonales y la comunicación, la empatía que se debe de tener hacia los demás al momento de relacionarnos, existen varias actividades que estimulan lo que se refiere a las habilidades sociales en caso de que sean las más bajas en cada persona.

3.2.4. Estilo de respuesta

Según lo que manifiesta Caballo (2007) en su investigación, plantea que las diferentes habilidades sociales se basan en respuestas básicas conductuales, estas son la asertividad como eje de conducta e irritación y la pasividad como los polos opuestos en lo que refiere a la interacción.



Fuente: Nadine Eulalia Piedra P- Tesis de Postgrado
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

3.2.5. Dimensiones conductuales dentro de las habilidades sociales

3.2.5.1 Asertividad

Se refiere a cuando una persona puede expresar sus sentimientos estos pueden ser de ira o afecto, pero en el momento adecuado y sin llegar a molestar a la otra persona, además no va a sentirse culpable o mal al momento de responder con un “no” a alguna petición de otra persona, puesto que es la decisión que la persona toma y sabe que eso está

bien para él, esto ayuda a que sea más independiente y no sentir la necesidad de justificarse frente a los demás por cualquier acción realizada.

3.2.5.2 Empatía

Según lo que manifiesta Gritti (2013) la empatía es la habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar y de esta manera poder responder correctamente a sus reacciones emocionales. Dentro de lo que se puede hablar de empatía es que una persona logra ser empática cuando logra combinar aspectos importantes como la asertiva, la escucha activa y la comprensión a todas estas, están ligadas a las emociones que transmitir una persona a otra.

3.1.5.3 Saber Escuchar

Dentro de lo que se conocen de saber escuchar, se hace referencia a la manera en que una persona escucha a otra para poder de esta manera captar correctamente el mensaje, puesto que si se logra vincularse tanto al escuchar puede entender las emociones que están involucradas en ese momento y está bien pues esa persona sabe escuchar.

3.2.5.4 Definir un problema

En la vida diaria se presentan varios momentos en los que se tiene que determinar el problema principal, a este se lo va a buscar soluciones rápidas tomando en cuenta cada consecuencia que esta puede llegar a tener y así de esta manera seguir hacia adelante.

3.2.5.5 Evaluación de Soluciones

Frente a un problema es necesario buscar las opciones adecuadas, estas pueden ser de corto o largo plazo, esto se llevará a cabo al analizar cada una de las alternativas planteadas, detallar sus ventajas, desventajas para al final llegar a escoger una que es la viable para plantearla y dar solución al problema.

3.2.5.6 Disculparse o admitir ignorancia

Según lo que menciona Bandura & Walters (1974) reforzamiento positivo y directo de las habilidades, aprendizaje vicario o aprendizaje observacional, mediante el desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales, retroalimentación interpersonal.

El éxito de una persona se basa en el poder de saber disculparse, reconocer que está en el error puesto que le ayudará a emendar, generar un nuevo aprendizaje que será significativo apoyado así por la observación, dicho aprendizaje nace de su experiencia tomando en cuenta lo que se refiere al refuerzo positivo frente a la manera que la persona se integra a la sociedad.

CAPÍTULO III.- METODOLOGÍA

4.1 ENFOQUE DE INVESTIGACION

- **Cuantitativo**

En base a los objetivos específicos establecidos y además en lo que corresponde a la recolección de datos, tabulación, análisis e interpretación de estos, los mismos que se han registrado en tablas y estadígrafos de representación.

4.2 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

- **No experimental**

Se define como tal, porque dentro del trabajo de investigación no se manipularon deliberadamente las variables y por lo que el fenómeno se describió tal y como se presenta en la Unidad Educativa.

4.3 TIPO DE INVESTIGACIÓN

4.3.1 Por el tiempo

- **Transversal**

Debido a que se buscó hacer una descripción del problema y una correlación de las variables en base a los instrumentos de recolección de datos que se aplicaron por una única vez en un período corto determinado.

4.3.2 Por el nivel o alcance

- **Descriptiva**

Se detalla las características presentes en las variables autoestima y habilidades sociales en lo que refiere a generalidades, sus componentes, la situación.

- **Correlacional**

La investigación es correlacional por que se buscó la relación que existe entre las dos variables previamente establecidas si una afecta a la otra o bien que no exista ningún grado de relación entre la una y la otra variable.

4.3.3 Por el lugar

- **De campo**

El trabajo investigativo es de campo por que se realizó en el lugar que presenta el problema; en la U. E “Dr. Emilio Uzcátegui”.

- **Bibliográfica**

Porque se tomó el sustento teórico conceptual de las variables autoestima y habilidades sociales, obtenidas en libros, artículos científicos, informes.

4.4. POBLACIÓN

Estudiantes de la Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcátegui”

4.5 MUESTRA NO PROBABILÍSTICA INTENCIONAL

Con un total de 37 estudiantes de tercero de Bachillerato “A” y “B” de la Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcátegui”.

Cuadro N° 1.- Población y muestra

	FRECUENCIA PARALELO “A”	PORCENTAJE PARALELO “A”	FRECUENCIA PARALELO “B”	PORCENTAJE PARALELO “B”
HOMBRES	8	44%	7	37%
MUJERES	10	56%	12	63%
TOTAL	18	100%	19	100%

Fuente: Unidad Educativa Dr. Emilio Uzcátegui.

Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema

Fecha: 02 de abril del 2019

4.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

4.6.1 Técnicas

- Pruebas Psicológicas

4.6.2. Instrumentos de procesamiento de información

- Escala de Autoestima de Coopersmith
- Escala de habilidades sociales (EHS)

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Cuadro N°2: Técnicas e Instrumentos a utilizar en la investigación.

VARIABLES	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS	DESCRIPCIÓN
Independiente: Autoestima	Prueba Psicométrica	Escala de Autoestima de Coopersmith	Es un conjunto de 58 ítems de carácter cerrado que permite determinar los 3 niveles de autoestima que presenta cada estudiante.
Dependiente: Habilidades sociales	Prueba Psicométrica	Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Elena Gissero Gonzales	Consta de 33 ítems, se puede aplicar desde los 12 años en adelante.

Fuente: Universidad Nacional de Chimborazo

Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema

Fecha: 07 de Mayo del 2019

4.7 TÉCNICAS DE ANÁLISIS Y PROCESAMIENTO DE DATOS

- Diseño de los IRD – Instrumentos de Recolección de Datos
- Validación y Aplicación de test
- Recolección de datos y registro en una base informática
- Procesamiento de los datos
- Interpretación y análisis de datos e información para establecer resultados
- Determinación de conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV.- RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Luego de realizar el análisis e interpretación de datos, en relación a las dimensiones e indicadores de los Instrumentos de Recolección de Datos aplicados se establecen los siguientes resultados:

5.1.-Escala de autoestima aplicado a los estudiantes de tercero de Bachillerato “A”.

Cuadro N° 2 Autoestima en los estudiantes

N°	Puntuación	Nivel
1	64	Medio
2	80	Alto
3	58	Medio
4	68	Medio
5	72	Medio
6	48	Bajo
7	86	Alto
8	49	Bajo
9	38	Bajo
10	42	Bajo
11	38	Bajo
12	36	Bajo
13	54	Bajo
14	66	Medio
15	34	Bajo
16	44	Bajo
17	45	Bajo
18	36	Bajo

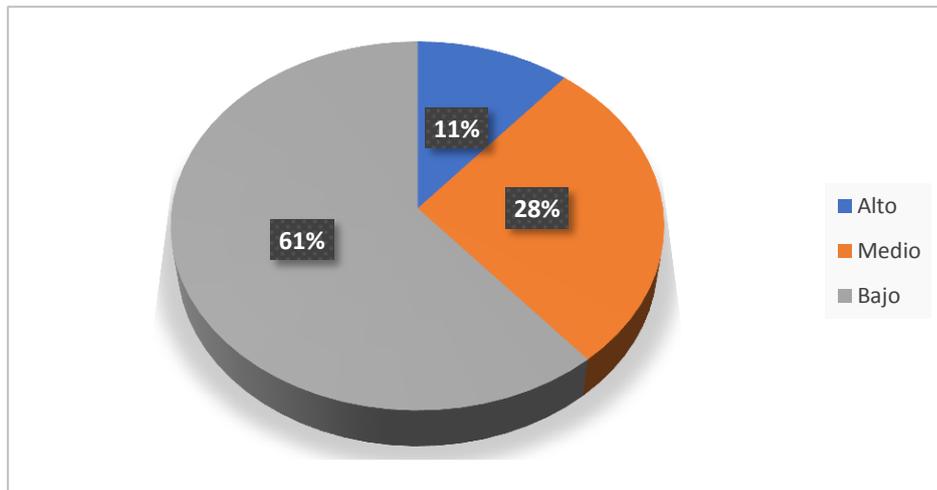
Fuente: Escala de Autoestima de Copersmit
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Cuadro N°3 Nivel de Autoestima

	Número de estudiantes:	Porcentaje
Alto	2	11%
Medio	5	28%
Bajo	11	61%
Total	18	100%

Fuente: Escala de Autoestima de Copersmit
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Gráfico N° 1 Resultados de la Escala de Autoestima



Fuente: Escala de Autoestima de Copersmit
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Análisis

De los 18 estudiantes quienes respondieron a la escala de Autoestima que es el 100%, 11 estudiantes que corresponden a un 61% tienen autoestima baja, seguidos por 5 estudiantes que representan el 28% con autoestima media y solo 2 estudiantes que forman parte de 11% demuestran tener el autoestima alta.

Interpretación:

Luego de la aplicación y corrección de la escala de Autoestima se observa que la mayoría de estudiantes tiene autoestima baja, manifiestan acciones como decaimiento, falta de amor propio, seguridad en sí mismo debido a factores tanto internos como enfermedades, y externas como peleas con sus compañeros, relaciones familiares y se encuentra que un número muy escaso de estudiantes que presentan autoestima alta, ellos son seguros, tiene amor propio.

5.2 Escala de autoestima aplicado a los estudiantes de tercero de Bachillerato “B”

Cuadro N° 5 Autoestima en los estudiantes

N°	Puntuación	Nivel
1	44	Bajo
2	64	Medio
3	35	Bajo
4	86	Alto
5	36	Bajo
6	45	Bajo
7	42	Bajo
8	76	Alto
9	70	Medio
10	36	Bajo
11	76	Alto
12	70	Medio
13	76	Alto
14	30	Bajo
15	54	Medio
16	41	Bajo
17	49	Bajo
18	72	Medio
19	53	Bajo

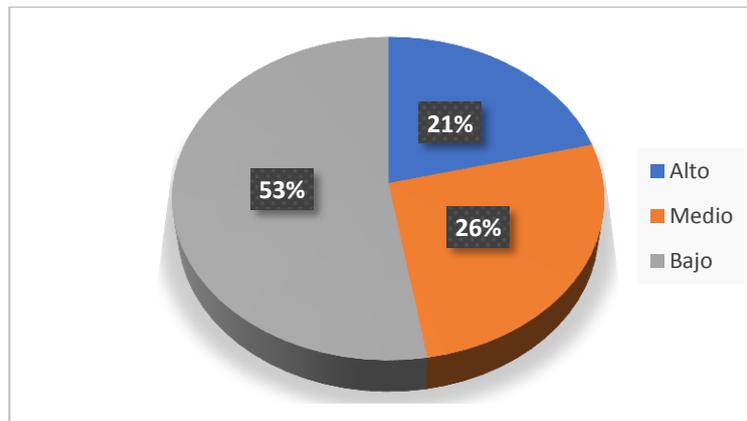
Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofía Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Cuadro N°6 Nivel de Autoestima

	Numero de estudiantes:	Porcentaje
Alto	4	21%
Medio	5	26%
Bajo	10	53%
Total	19	100%

Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Gráfico N° 2 Resultados de la Escala de Autoestima



Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Análisis

De los 19 estudiantes a quienes se les aplicó la escala de autoestima que son el 100%, 10 estudiantes que son un 53% presentan autoestima baja, seguido por 5 estudiantes los cuales son el 26% tienen un autoestima media y 4 estudiantes que son el 21% forman parte del autoestima baja.

Interpretación:

Posterior a la aplicación de la escala de autoestima se obtiene que más de la mitad de los estudiantes tienen autoestima baja que en comparación con los de la ciudad que es un grupo ya estudiado, en el contexto rural se detecta dificultades en su autoestima, por un grupo notable que muestran autoestima medio que dentro de nuestra realidad es el grupo que se puede considerar el más común o el que se adapta a la sociedad y por último se encuentra el grupo de estudiantes con autoestima alta que es el más pequeño dentro del grupo de estudiantes de tercero de bachillerato “B”.

Cuadro N° 8 Escala de habilidades sociales aplicado a los estudiantes de tercero de bachillerato “A”.

I	II	III	IV	V	VI	GL	
	3	17	12	24	9	37	9
	9	24	9	15	42	29	9
	3	29	17	17	3	37	12
	12	24	3	24	37	37	9
	15	17	3	24	37	37	9
	12	24	12	24	50	29	12
	12	24	9	15	58	37	12
	3	15	17	15	37	29	15
	9	24	9	17	37	29	9
	24	29	17	15	37	17	24
	17	24	24	29	37	37	17
	24	24	17	12	24	24	15
	24	17	24	17	29	37	17
	12	24	17	15	58	29	12
	17	24	29	12	37	37	9
	15	17	17	15	37	24	15
	40	33	45	37	63	29	37
	9	37	9	17	24	37	9
	12	42	24	9	29	40	17

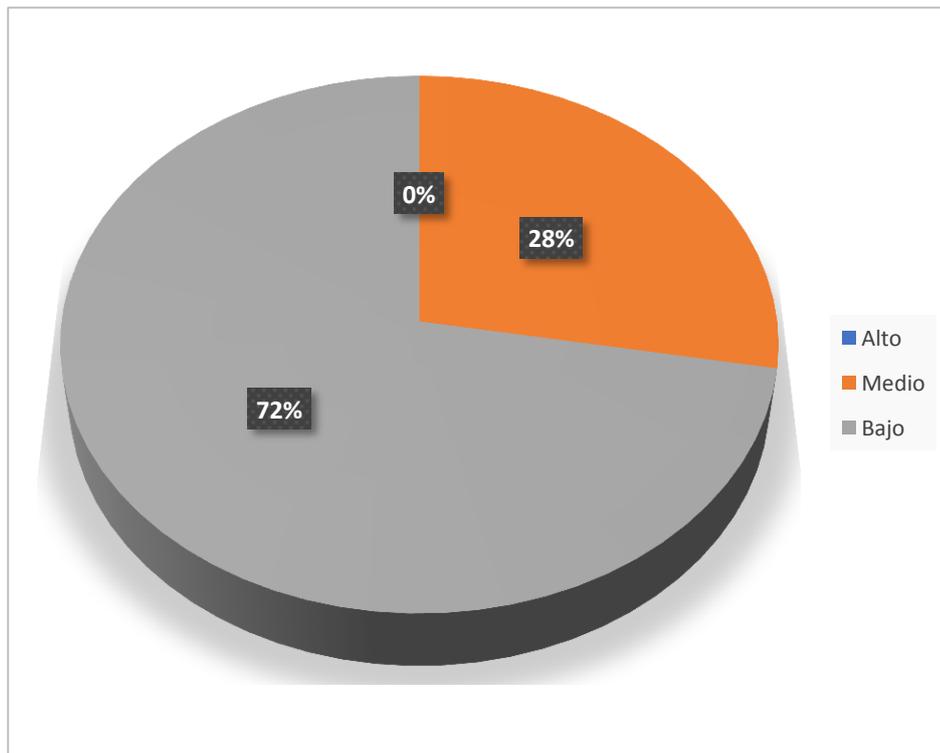
Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Cuadro N° 9 Niveles de habilidades sociales

ALTO	MEDIO	BAJO	TOTAL
0%	28%	72%	100%

Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Gráfico N° 3 Resultado de la escala de habilidades sociales



Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Análisis

De los 18 estudiantes a quienes se les aplicó la escala de habilidades sociales que son el 100%, 13 estudiantes que forman parte del 72% que tiene habilidades sociales bajas, 5 estudiantes son el 28% que reflejan que sus habilidades sociales son medio y ningún estudiante que es el 0% presentan habilidades sociales altas.

Interpretación:

Se puede observar que un gran número de estudiantes presentan bajos niveles de habilidades sociales esto es debido a que en la realidad el campo se da más importancia a la crianza de personas fuertes físicamente pero emocionalmente e intelectualmente se descuida por motivo de que se prefiere tener más mano de obra que hijos educados y ningún estudiante presenta habilidades altas como deberían tener en esta etapa de su desarrollo en la que dichas habilidades deben ser desarrolladas y fortalecidas.

Cuadro N° 11 Escala de habilidades sociales aplicado a los estudiantes de tercero de bachillerato “B”.

I	II	III	IV	V	VI	GL
37	60	40	15	24	37	29
55	42	67	37	37	63	50
27	97	24	42	3	63	33
24	4	33	17	3	29	17
33	42	52	71	24	63	45
15	55	24	42	17	76	29
33	55	17	29	12	63	29
33	50	17	17	50	29	24
40	50	45	76	58	58	55
83	67	71	83	12	40	63
3	3	17	24	58	24	15
9	50	45	33	3	50	24
50	71	76	71	3	63	58
17	15	24	29	42	29	17
52	67	40	33	29	24	24
40	42	29	37	29	40	29
55	33	37	58	63	58	52
40	55	60	52	9	71	48

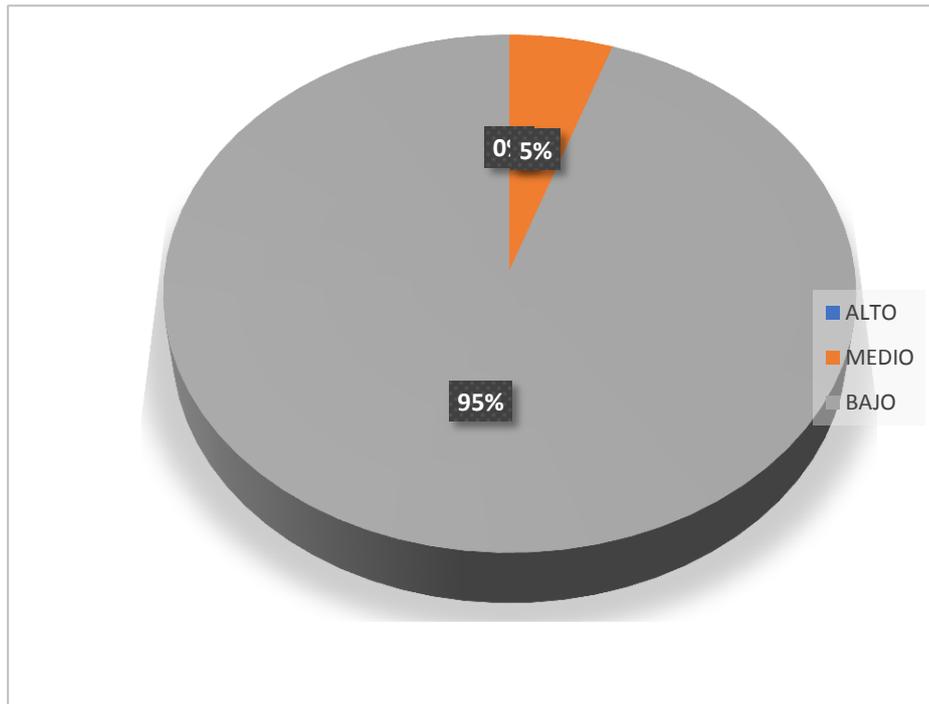
Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Cuadro N° 12 Niveles de habilidades sociales

ALTO	MEDIO	BAJO	TOTAL
	0%	5%	95% 100%

Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Grafico N° 4 Resultados de la escala de habilidades sociales



Fuente: Escala EHS de Elena Gismero
Elaborado por: Sofía Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 07 de Mayo del 2019

Análisis

De los 19 estudiantes a quienes se les aplicó la escala de habilidades sociales que son el 100%, 18 estudiantes que serían el 95% tienen habilidades sociales bajas, 1 estudiante forma parte del 5% que refleja tener sus habilidades sociales medias y ningún estudiante que es el 0% presentan habilidades sociales altas.

Interpretación:

Luego de la aplicación de la escala de habilidades sociales se ve que muchos estudiantes de tercero de bachillerato presentan dificultades grandes en lo que respecta a sus habilidades sociales. Basado en los datos que en los estudiantes nos proporcionaron en las pruebas psicológicas, dentro de las condiciones que un adolescente debe de presentar a esta edad tienen que estar desarrolladas en esta realidad no son cumplidas y en este contexto no refleja estudiantes con habilidades altas.

Cuadro N° 14 Correlación entre las dos variables programa InfoStat

Coefficientes de correlación

Concordancia

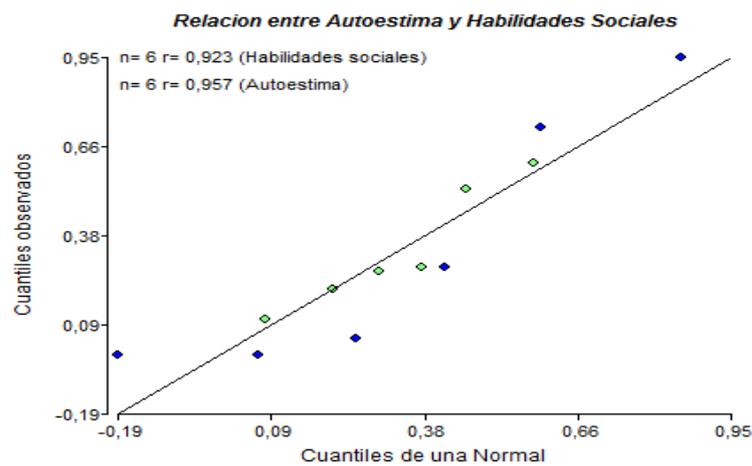
Variable (1)	Variable (2)	n	Concordancia	p-valor
Autoestima	Autoestima	6	1,00	<0,0001
Autoestima	Habilidades sociales	6	0,75	sd
Habilidades sociales	Autoestima	6	0,75	sd
Habilidades sociales	Habilidades sociales	6	1,00	<0,0001

Fuente: Programa InfoStat

Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema

Fecha: 07 de Mayo del 2019

Gráfico N° 5 Relación en el programa InfoStat



Fuente: Programa InfoStat

Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema

Fecha: 07 de Mayo del 2019

Análisis

En los resultados del programa InfoStat se evidencia que existe una relación fuerte entre el autoestima y habilidades sociales de los estudiantes según el resultado de 0.001 de p-valor.

Interpretación:

Dentro de los resultados que se obtiene en el programa InfoStat y tomando en cuenta que el p-valor base es de 0.05, se resalta la existencia de relación entre las dos variables dentro de los resultados obtenidos, mientras que el p-valor se aleje más del p-valor base su relación es mayor por el cual se obtiene una correspondencia fuerte el autoestima y habilidades sociales.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

- Se establece niveles relevantes de baja autoestima, esto se demuestra porque se sienten inseguros consigo mismo, con su forma de ser, no tiene seguridad en sí mismos, pero esto sin duda que puede variar con relación a los contextos en los que pueden estar desarrollándose y llegar a sentirse valiosos.
- Se identifica que los estudiantes tienen bajos niveles, esto se puede ver influenciado por varios factores, que pueden ser económico, familiares, ambientales, emocionales, conductuales y de salud puesto que su contexto es muy vareado.
- Analizó una relación muy significativa entre el autoestima con el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 3ro de BGU de la U.E. “Dr. Emilio Uzcátegui, dado que presentan un bajo autoestima, son tímidos, se sienten apartados de sus pares en las diferentes actividades que se desarrollan y exteriorizan dificultades en el desarrollo de sus habilidades sociales.

6.2 Recomendaciones

- Fortalecer el autoestima de los estudiantes desde edades tempranas con el apoyo y trabajo conjunto del DECE, docentes y autoridades de la Unidad Educativa pues de esta manera se estará formando a estudiantes más seguros de sí mismo, y con una gran aceptación en base al desarrollo de talleres con padres, proyectos escolares dinámicos.
- Fomentar las habilidades sociales basándose en las actividades recreativas, casas abiertas, exposiciones de proyectos que ayuden a los estudiantes liberarse de las tensiones y generar confianza para relacionarse con sus pares de manera adecuada.
- Trabajar con los padres con charlas educativas, con el fin de que se logre un apoyo en el autoestima de sus hijos y de esta manera potenciar las relaciones socio afectivas con sus pares.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bandura , A., & Walters, R. (1974). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad* .
Ilustrada Reimpresa .
- Branden, N. (2001). *La autoestima*. Barcelona: Grupo Planeta (GBS).
- Coopersmith, S. (1976). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W. H. Freeman &
Company.
- Dominguez, M. (2015). *Autoestima: Clave del éxito personal*. Mexico: El Manual Moderno.
- Eguizabal, R. (2007). *Autoestima*. Lima: Instituto de Desarrollo Humano AMEX SAC.
- Gismero, G. (2010). *Manual de Escala de Habilidades Sociales*. Madrid : TEA.
- Goldstein, E. S. (1989). *Habilidades y Autocontrol en la Educacion*. Barcelona: Impreso por
Libergraf, Constitució, 19, 08014.
- Gritti, M. J. (Mayo de 2013). *CLAVES DEL PODER PERSONAL*. Obtenido de
http://www.gref.org/nuevo/articulos/art_250513.pdf
- Mangrulkar, L. (2001). *Enfoque de habilidades para la vida*. Washington: Fundación W.K.
Kellogg.
- Peñañiel, E. &. (2010). *Habilidades Sociales*. España: Editext.
- Pinedo, N. E. (2012). *AUTOESTIMA SEGÚN GÉNERO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA RED EDUCATIVA N° 4 – VENTANILLA*. Obtenido de
http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1254/1/2012_Piera_Autoestima%20seg%C3%BAAn%20g%C3%A9nero%20en%20estudiantes%20de%20quinto%20grado%20de%20la%20red%20educativa%20N%C2%B0%204%20-%20Ventanilla.pdf?fbclid=IwAR2ICPwGY9fRCm223OkKE9I0w23w2YBrXpA
- Rodriguez, E. (2015). *AUTOESTIMA: CLAVE DEL EXITO PERSONAL*. España: EDITEX.

Rojas, V. M. (2017). *PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN PEDAGOGICA Y*

TITULACION . Obtenido de

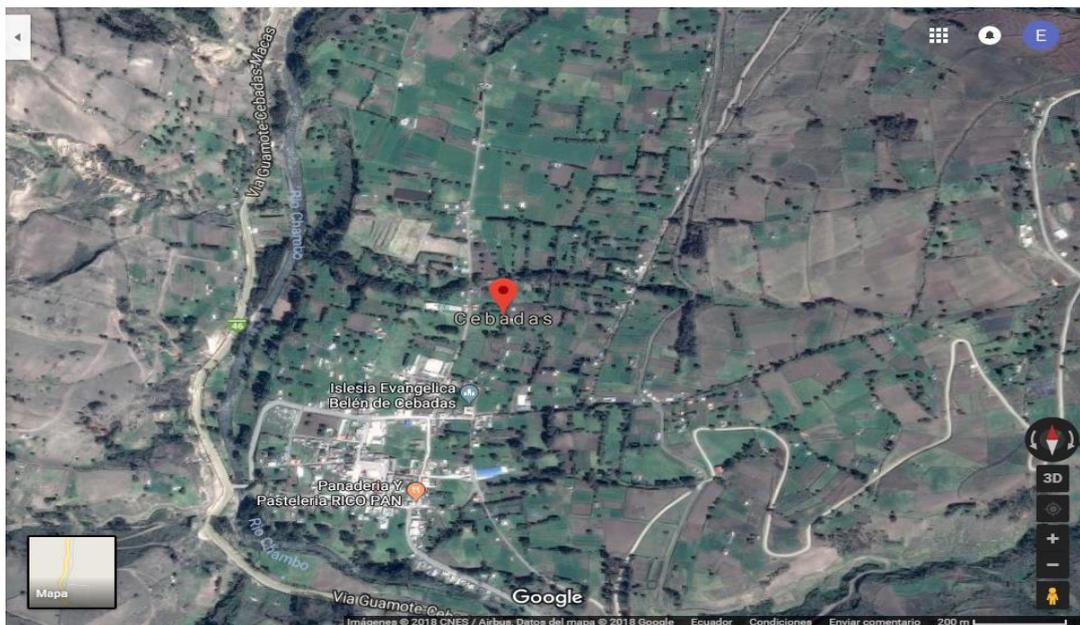
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/22594/Quispe_RVM.pdf?sequence=1&isAllowed=y&fbclid=IwAR1tINvx3iqiT_rlISjl1_xSLbTCadsoxomkcVvhmHPrHBeaZ7z0K-48w8RI

Santos, R. (2014). *Niveles de Autoestima*. Puerto Rico: Editt Ponce.

Yadira A. Montesdeoca, J. S. (2017). *Autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de segundo de bachillerato de la U.E Dr. Emilio Uzcategui*. Riobamba: Unach.

8. ANEXOS

Anexo 1.- Ubicación de la Unidad Educativa “Dr Emilio Uzcategui”



Fuente: Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcategui”
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 11 de Mayo del 2018

Anexo 2.- Aplicación de las pruebas psicológicas a los estudiantes de tercero de bachillerato “A” y “B” de la Unidad Educativa .



Fuente: Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzcategui”
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 21 de Marzo del 2018



Fuente: Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzacategui”
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 21 de Marzo del 2018



Fuente: Unidad Educativa “Dr. Emilio Uzacategui”
Elaborado por: Sofia Jissela Chávez Daquilema
Fecha: 21 de Marzo del 2018

Anexo 3.- Prueba Psicológica de Autoestima

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

Versión JOVENES

a) ficha técnica

Autor: Stanley Coopersmith.

Año de Edición: 1997

Traducción: Panizo M.I.

Adaptación: Chahuayo, Aydee y Díaz Betty

Ambito de Aplicación: de 16 a 25 años.

Forma de Administración: Individual y Colectiva.

Normas que ofrece: Los sistemas de medida dan lugar a varias modalidades de normas.

Áreas que Explora: El inventario está dividido en 4 sub tests más un sub test de mentira, ellos son:

- **Sub test L (Mentira):** Indica falta de consistencia en los resultados por lo que el inventario queda invalidado.
- **Sub test Si Mismo:** Los puntajes altos indican valoración de sí mismo y altos niveles de aspiración, estabilidad, confianza, adecuadas habilidades sociales y atributos personales.
- **Sub test Social Pares:** Una puntuación alta indica que el sujeto posee mayores dotes y habilidades en las relaciones con amigos y colaboradores, así como con extraños. La aceptación social y de sí mismos están muy combinados.
- **Sub test Hogar Padres:** Un nivel alto revela buenas cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia, se siente respetado, tiene independencia y una concepción moral propia.
- **Sub test universidad:** Los niveles altos indican que el individuo afronta adecuadamente las principales tareas académicas, posee buena capacidad para aprender. Trabaja a satisfacción tanto a nivel individual como grupal.

b) Descripción de la Prueba

El Inventario de Autoestima de Coopersmith está constituida por 58 afirmaciones, con respuestas dicotómicas (SI - NO), que brindan información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de 4 sub tests.

c) Normas de corrección

El puntaje máximo es de 100 puntos y el test de mentiras (items: 28,32,36,41,45,50,53,58) invalida la prueba si es un puntaje superior a cuatro. Los puntajes se obtienen sumando el número de items respondido en forma correcta y multiplicando éste por 2 sin incluir el puntaje de mentiras.

Así por ejemplo:

Nº de items x 2 = nivel de autoestima

40 x 2 = 80

De acuerdo a la categoría de autoestima 80 le corresponde el nivel de autoestima Alto (ver Tabla 2)

Cabe señalar los items cuya respuesta deberá ser:

Si (1,4,5,5,8,9,14,19,20,26,27,28,29,32,36,38,41,42, 43,46,47,50,53,58) para los items restantes la respuesta será No.

d) Validez y confiabilidad del Inventario de Autoestima

- **Validez de Contenido:** La redacción de los items tuvo algunos cambios de expresión, de acuerdo a las sugerencias de 2 psicólogos, considerando las características de la población investigada.

Los items que cambiaron respecto a su expresión son:

- Soy una persona simpática **por** Soy una persona agradable.
- Con frecuencia me siento a disgusto en mi grupo **por** Con frecuencia me siento incómodo con mis compañeros de la universidad.
- Generalmente me siento desmoralizado en mi grupo **por** Generalmente me siento subestimado (a) por mis compañeros de estudio.
- Me aceptan fácilmente **por** Me aceptan fácilmente en un grupo.
- Paso bastante tiempo soñando despierta **por** Paso bastante tiempo imaginando mi futuro.
- Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela **por** Estoy orgulloso de mi rendimiento en la universidad
- Estoy haciendo lo mejor que puedo **por** Estoy haciendo lo mejor que puedo para conseguir mis logros académicos.
- Preferiría estar con niños menores que yo **por** Preferiría estar con jóvenes menores que yo.
- Me gustan todas las personas que conozco **por** Me agradan todas las personas que conozco.
- Me gusta cuando me invitan a salir a la pizarra **por** Me gusta cuando me invitan a exponer un tema relacionado a la profesión que estudio
- No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera **por** No me está yendo tan bien en la universidad como yo quisiera.

- Realmente no me gusta ser un adolescente **por** Realmente no me gusta ser joven.
- No me importa lo que pase **por** No me importa lo que me pase.
- Siempre se lo debo decir a los demás **por** Todas las acciones que realizo siempre necesito comunicárselo a los demás.
- Los chicos generalmente se la agarran conmigo **por** Soy el centro de las bromas que realizan mis compañeros

- **Validez de Constructo:** El procedimiento utilizado para la validez de constructo consistió en correlacionar los sub test y el total del test de autoestima.

- **Confiabilidad:** EL Inventario de autoestima se aplicó a una muestra de 150 estudiantes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, cuyas características eran similares a la población investigada. Obtenido los puntajes totales se procedió a ordenar a los alumnos en dos grupos 25% con puntaje alto y 25% con puntaje bajo, una vez ordenado los datos se obtuvo de ellos la desviación estándar, el promedio y la varianza de cada uno de los items del test, finalmente para obtener el coeficiente de cada test se aplicó la formula de kuder Richardson (r20):

Donde:

$$r_{20} = \frac{K}{K-1} * \left[1 - \left(\frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2} \right) \right]$$

Donde:

K= número de items

σ^2 = varianza

En la tabla N° 2 se presenta los coeficientes obtenidos en cada sub test del Inventario de Autoestima

Tabla N° 2

SUB. TEST	COEFICIENTE (r20)
si mismo general	0,889
social pares	0,805
hogar padres	0,853
Universidad	0,591
escala de mentiras	0,800

En la tabla N° 3 se presentan los Niveles del Inventario de Autoestima en función a los puntajes totales

TABLA N° 3

NIVELES DE AUTOESTIMA

0 a 24	Baja Autoestima
26 a 48	Promedio bajo
50 a 74	Promedio alto
76 a 100	Alta autoestima

HOJA DE RESPUESTAS

Marque con una X en la palabra
SI, si no respalda de acuerdo con
la opción, que NO, cuando no le
de acuerdo.

1	SI	NO		#	SI	NO
2	SI	NO		31	SI	NO
3	SI	NO		#	SI	NO
4	SI	NO		#	SI	NO
5	SI	NO		#	SI	NO
6	SI	NO		35	SI	NO
7	SI	NO		#	SI	NO
8	SI	NO		37	SI	NO
9	SI	NO		#	SI	NO
10	SI	NO		#	SI	NO
11	SI	NO		#	SI	NO
12	SI	NO		41	SI	NO
13	SI	NO		#	SI	NO
14	SI	NO		#	SI	NO
15	SI	NO		#	SI	NO
16	SI	NO		45	SI	NO
17	SI	NO		#	SI	NO
18	SI	NO		47	SI	NO
19	SI	NO		#	SI	NO
20	SI	NO		#	SI	NO
21	SI	NO		50	SI	NO
22	SI	NO		51	SI	NO
23	SI	NO		52	SI	NO
24	SI	NO		53	SI	NO
25	SI	NO		54	SI	NO
26	SI	NO		55	SI	NO
27	SI	NO		56	SI	NO
28	SI	NO		57	SI	NO
29	SI	NO		58	SI	NO

Nombre:.....

PA	<input type="text"/>	C	<input type="text"/>
SG	<input type="text"/>	A	<input type="text"/>
SP	<input type="text"/>	T	<input type="text"/>
HP	<input type="text"/>	E	<input type="text"/>
ES	<input type="text"/>	G.	<input type="text"/>

TABLA N° 4
NIVELES DE AUTOESTIMA

0 a 24	Baja Autoestima
26 a 48	Promedio bajo
50 a 74	Promedio alto
76 a 100	Alta autoestima

INVENTARIO DE AUTOESTIMA VERSION JOVENES

NOMBRE EDAD: SEXO:
 CICLO DE ESTUDIOS: FECHA: (M)(F)

Marque con una Aspa (X) debajo de V ó F, de acuerdo a los siguientes criterios:

V cuando la frase Sí coincide con su forma de ser o pensar

F si la frase No coincide con su forma de ser o pensar

Nº	FRASE DESCRIPTIVA	V	F
1	Las cosas mayormente no me preocupan		
2	Me es difícil hablar frente a la clase		
3	Hay muchas cosas sobre mí mismo que cambiaría si pudiera		
4	Puedo tomar decisiones sin dificultades		
5	Soy una persona agradable		
6	En mi casa me molesto muy fácilmente		
7	Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo		
8	Soy conocido entre los chicos de mi edad		
9	Mi padres mayormente toman en cuenta mis sentimientos		
10	Me rindo fácilmente		
11	Mi padres esperan mucho de mí		
12	Es bastante difícil ser "Yo mismo"		
13	Mi vida está llena de problemas		
14	Mis compañeros mayormente aceptan mis ideas		
15	Tengo una mala opinión acerca de mí mismo		
16	Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
17	Mayormente me siento incómodo en la universidad		
18	Físicamente no soy tan simpático como la mayoría de las personas		
19	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo		
20	Mis padres me comprenden		
21	La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo calgo		
22	Mayormente siento como si mis padres estuvieran presionándome		
23	Me siento subestimado (a) por mis compañeros de estudio		
24	Desearía ser otra persona		
25	No se puede confiar en mí		
26	Nunca me preocupé de nada		
27	Estoy seguro de mí mismo		
28	Me aceptan fácilmente en un grupo		
29	Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos		
30	Paso bastante tiempo imaginando mi futuro		
31	Desearía tener menos edad que la que tengo		
32	Siempre hago lo correcto		
33	Estoy orgulloso de mi rendimiento en la universidad		
34	Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer		

35	Generalmente me arrepiento de las cosas que hago		
36	Nunca estoy contento		
37	Estoy haciendo lo mejor que puedo para conseguir logros académicos		
38	Generalmente puedo cuidarme solo		
39	Soy bastante feliz		
40	Preferiría jugar con los jóvenes menores que yo		
41	Me agradan todas las personas que conozco		
42	Me gusta cuando me invitan a exponer un tema de mi profesión		
43	Me entiendo a mí mismo		
44	nadie me presta mucha atención en casa		
45	Nunca me resondran		
46	No me está yendo tan bien en la universidad como yo quisiera		
47	Puedo tomar una decisión y mantenerla		
48	Realmente no me gusta ser joven		
49	No me gusta estar con otras personas		
50	Nunca soy tímido		
51	Generalmente me avergüenzo de mí mismo		
52	Soy el centro de las bromas que realizan mis compañeros		
53	Siempre digo la verdad		
54	Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz		
55	No me importa lo que me pase		
56	Soy un fracaso		
57	Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención		
58	Toda acción que realizo siempre debo comunicárselo a los demás		

Anexo 5.- Escala de Habilidades sociales



INSTRUCCIONES

Al dorso aparezcan frases que describen diversas situaciones; se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica con cada una de ellas o no; si le describen bien o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad.

Para responder utilice la siguiente clave:

- A** No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
- B** Más bien no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.
- C** Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así.
- D** Muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos.

Rodee la letra correspondiente a la opción elegida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está contestando.

**ESPERE. NO DÉ LA VUELTA A ESTE IMPRESO
HASTA QUE SE LE INDIQUE**



Autora: Elena Gismero González.

Copyright © 2000 by TEA Ediciones, S.A. - Todos los derechos reservados - Prohibida la reproducción total o parcial.

Edita: TEA Ediciones, S.A. (Madrid) - Este ejemplar está impreso en 2005 730745, si le presentan otro en tinta negra es una reproducción ilegal. En beneficio de la profesión y en el suyo propio, NO LA UTILICE - Printed in Spain. Impreso en España.

Nombre y apellido		Fecha	Nota
Cognome			

AVANTI SU NOMBRADO ENVIARLO ENTREGADO EN LA ADMINISTRACION ESCOLAR A LAS 8:00 HORAS. A SU MENOR VALOR SE ACTIVA.

CONFIRMAR QUE RECIBE LA COPIA DE LA FRASE, PORQUE LA COPIA SE ENTREGA.

- A No me identifico es absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo hago
- B Más bien no tengo que ser consciente, aunque alguna vez me ocurre.
- C Me describe lo usualmente, aunque no siempre actúo o me siento así.
- D Mejor de cuando y me siento o actúo así en la mayoría de las veces.

1	A veces odio hacer preguntas por miedo a parecer estúpido.	A B C D	1
2	Méjor cuando volvíamos a fiestas, oficinas, etc.	A B C D	2
3	Si al llegar a mi casa encuentro un dolorido en algún lugar, lo consuelo, voy a la tienda a chequearlo.	A B C D	3
4	Cuando en un momento me siento triste o deprimido, me distraigo con algo que me distraiga, como un video.	A B C D	4
5	Si un vendedor insiste en venderme un producto que me da miedo, pero un día sí me da miedo.	A B C D	5
6	A veces me resulta difícil leer porque me distraigo con algo que me distraiga.	A B C D	6
7	Si en un momento no me siento bien, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	7
8	A veces no sé qué decir a personas que me preguntan por mí.	A B C D	8
9	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	9
10	Trato de aprender me distraigo con algo.	A B C D	10
11	A veces odio cuando me preguntan por mí o hacer o decir alguna cosa.	A B C D	11
12	Si estoy en el cine y alguien me habla con su celular, me da miedo que se vaya.	A B C D	12
13	Cuando alguien me pregunta algo, trato de responderlo con lo que estoy pensando, pero a veces me da miedo.	A B C D	13
14	Cuando voy a una fiesta y me siento un poco triste, me distraigo con algo que me distraiga.	A B C D	14
15	Hay momentos cuando me siento triste, pero sé que no lo voy a hacer, me distraigo con algo.	A B C D	15
16	Si alguien me habla y me da miedo que me hable, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	16
17	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	17
18	Si alguien me habla y me da miedo que me hable, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	18
19	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	19
20	Si alguien me habla y me da miedo que me hable, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	20
21	Si alguien me habla y me da miedo que me hable, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	21
22	Cuando voy a una fiesta y me siento un poco triste, me distraigo con algo que me distraiga.	A B C D	22
23	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	23
24	Cuando voy a una fiesta y me siento un poco triste, me distraigo con algo que me distraiga.	A B C D	24
25	Si alguien me habla y me da miedo que me hable, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	25
26	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	26
27	Si alguien me habla y me da miedo que me hable, trato de cambiarlo, trato de encontrar algo que me distraiga.	A B C D	27
28	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	28
29	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	29
30	Cuando voy a una fiesta y me siento un poco triste, me distraigo con algo que me distraiga.	A B C D	30
31	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	31
32	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	32
33	Me gusta cuando me preguntan por mí.	A B C D	33

CONFIRMAR QUE RECIBE LA COPIA DE LA FRASE, PORQUE LA COPIA SE ENTREGA.

A CADA UNA DE LAS FRASES