



UNIVERSIDAD PERUANA  
**CAYETANO HEREDIA**  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**EFECTO DEL PROGRAMA  
«QUIÉRETE MUCHO» EN LA  
AUTOESTIMA DE ADOLESCENTES  
MUJERES RESIDENTES  
DE UNA CASA HOGAR DEL CALLAO**

**TESIS PARA EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**MIRIAN PATRICIA GUADALUPE  
TÚPAC YUPANQUI**

**LIMA-PERÚ**

**2018**



## **MIEMBROS DEL JURADO**

Mg. Geraldine Zidae Salazar Vargas  
**Presidente**

Mg. María del Pilar Guadalupe Montero Chicoma  
**Vocal**

Mg. Elena Esther Yaya Castañeda  
**Secretaria**

## **ASESOR DE TESIS**

Dra. Carmen Estela Montenegro Serkovic

## **DEDICATORIA**

*Taytayta yachaynikiman munaynikitah  
nuqapah. Demetrio Túpac Yupanqui Martínez,  
Kamahninchispa munayninwanqa, tiyanqa  
sunkuypi. Tupananchis kama. Khuyakuyki*

## AGRADECIMIENTOS

A la Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días por enseñarme sobre el amor y generosidad que tiene Nuestro Padre Celestial con mi familia.

A las niñas residentes de la Casa Hogar por confiar sus sueños y miedos en mí y a las religiosas responsables por ofrecer su vida al cuidado de la menores.

A mi padre, Wilder Guadalupe, por cada kilómetro y minuto que nos han separado físicamente, y su apoyo incondicional en mi vida.

A mi madre, Mirian Túpac Yupanqui, por el amor y sacrificio que tuvo hacia mi papá Demetrio, y las alas que me otorgó a los 17 años.

A Demetrio Túpac Yupanqui y Bertha Niño por su amor y protección. Nunca dejaré de agradecerles todo lo que han hecho por nuestra familia.

A mis hermanos, Joao, Francia, Grecia y Marilia, por su ayuda en todo momento. A Hunfry y Manchas por su amor sincero.

A Martín Livia por demostrarme su amor en los peores momentos.

A la Universidad Peruana Cayetano Heredia y Facultad de Psicología Leopoldo Chiappo Galli por la formación que me brindó e incentivar la investigación a través del Fondo “Leopoldo Chiappo Galli”.

A la Dra. Estela Montenegro por aceptar ser mi guía en la realización de la presente investigación.

Al Dr. Giancarlo Ojeda por su disposición y paciencia en mi formación profesional.

A la Mg. Geraldine Salazar, Mg. María del Pilar Montero y Mg. Esther Yaya por su apoyo en la sustentación y aprobación de tesis.

Al Departamento de Psicología de la Universidad de Lima por contribuir en la realización de mi tesis.

A la Dra. Graciela Noriega por su cariño y apoyo en la investigación.

Al Dr. Enrique Vera Pérez por sus enseñanzas e interés por la cultura andina. Seguro hoy ya es quechua hablante al lado de mi papá. Mi gratitud y amor hasta el cielo.

A todos los profesionales que fueron jueces en la validación de instrumentos de la presente investigación y a las personas que colaboraron en la logística del Programa “Quiérete Mucho”.

A Nutre Perú y Ruta Inti por enseñarme a amar, valorar y disfrutar de la vida.

A todas las personas que me impulsaron a seguir adelante, a pesar de las adversidades. Muchas gracias.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general conocer el efecto del Programa «Quiérete Mucho» en la autoestima de adolescentes mujeres residentes de una Casa Hogar del Callao. Sus objetivos específicos consistieron en comparar las puntuaciones de las Dimensiones Personal, Social, Escolar y Núcleo de Convivencia obtenidas antes y después de la aplicación del Programa. El nivel, tipo y diseño del estudio fue aplicado, experimental y pre-experimental, respectivamente. La muestra estuvo conformada por 26 adolescentes de entre los 12 hasta los 16 años de edad. El método de muestreo fue no probabilístico intencional. La evaluación del Programa se realizó a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar. Se realizó, además, una entrevista estructurada, tanto antes como después de la aplicación del Programa. Los resultados fueron analizados por el coeficiente no paramétrico W. Wilcoxon y expuestos en gráficos. Se concluye que la aplicación del programa «Quiérete Mucho» incrementa las puntuaciones obtenidas en la Autoestima Total de las menores participantes, evidenciándose estadísticamente un cambio significativo ( $p=0.02$ ). Asimismo, se demostró el incremento de puntuaciones en las Dimensiones Personal, Social y Escolar, mientras que en la Dimensión Núcleo de Convivencia, se mantienen.

*Palabras clave:* Autoestima, Programa y Casa Hogar.

## **ABSTRACT**

The present research had, as a general objective, to know the effect of the Program «Quiérete Mucho» in the self-esteem of females adolescents residents of a Refugee Casa Hogar del Callao; while, as specific objectives, compare the scores of the Personal, Social, School and Core convivency. The level, type and design of the study was applied, experimental and pre-experimental, respectively. The sample consisted of 40 adolescents aged 12 to 16 years old. The sampling method was intentional non-probabilistic. The evaluation of the Program was made through the of the Self-esteem Inventory Stanley Coopersmith adaptation (SEI), school version; interviews were conducted, which were applied before and after the Program. The results were analyzed by the nonparametric coefficient W. Wilcoxon and exposed in graphs. It is concluded that the application of the «Quiérete Mucho» Program increases the scores obtained in the Total Self-esteem of the participants, statistically evidencing a significant change ( $p = 0.02$ ). Likewise, the scores in the Personal, Social and School Dimensions were increased while there was no change in the Core Convivency Dimension.

*Keywords:* Self-esteem, Program and Home Home.

## TABLA DE CONTENIDOS

|   |    |
|---|----|
| Abstract  |    |
| Resumen   |    |
| Introducción .....  | 1  |
| Capítulo I: Planteamiento del problema.....                         | 4  |
| 1.1. Identificación del problema.....                               | 4  |
| 1.2. Justificación e importancia de la investigación.....           | 7  |
| 1.3. Limitaciones de la investigación.....                          | 8  |
| 1.4. Objetivos de la investigación .....                            | 8  |
| 1.4.1. Objetivo general .....                                       | 8  |
| 1.4.2. Objetivos específicos .....                                  | 8  |
| Capítulo II: Marco teórico.....                                     | 10 |
| 2.1. Aspectos conceptuales pertinentes.....                         | 10 |
| 2.1.1. Autoestima .....   | 10 |
| 2.1.1.1. Teorías y enfoques sobre la autoestima .....               | 11 |
| 2.1.1.1.1. Enfoque humanista sobre la autoestima.....               | 11 |
| 2.1.1.1.2. Enfoque cognitivo-conductual sobre la autoestima .....   | 14 |
| 2.1.1.1.3. Enfoque conductual sobre la autoestima.....              | 16 |
| 2.1.1.2. Modelo de autoestima según Coopersmith (1967).....         | 17 |
| 2.1.2. Desarrollo psicosocial en la adolescencia.....               | 18 |
| 2.1.2.1. Etapas del desarrollo psicosocial en la adolescencia ..... | 19 |
| 2.1.2.1.1. Adolescencia temprana .....                              | 19 |
| 2.1.2.1.2. Adolescencia media .....                                 | 20 |
| 2.1.2.1.3. Adolescencia avanzada-juventud .....                     | 20 |

|   |    |
|---|----|
| 2.1.2.2. Influencias .....  | 20 |
| 2.1.2.2.1. Influencia familiar .....  | 20 |
| 2.1.2.2.2. Influencia social .....  | 22 |
| 2.1.2.2.3. Influencia del ámbito escolar .....                                      | 23 |
| 2.1.2.3. Teoría del desarrollo psicosocial: identidad vs confusión de identidad.... | 24 |
| 2.1.3. Instituciones de cuidado y protección del menor .....                        | 24 |
| 2.1.3.1. Criterios para brindar una atención de calidad.....                        | 26 |
| 2.2. Investigaciones en torno al problema investigado .....                         | 28 |
| 2.2.1. Investigaciones nacionales .....   | 28 |
| 2.2.2. Investigaciones internacionales.....   | 29 |
| 2.3. Definiciones conceptuales y operacionales de variables .....                   | 32 |
| 2.3.1. Variable dependiente: autoestima .....                                       | 32 |
| 2.3.2. Variable independiente: Programa “Quiérete Mucho” .....                      | 34 |
| 2.4. Hipótesis.....   | 34 |
| 2.4.1. Hipótesis general.....   | 34 |
| 2.4.2. Hipótesis específicas .....  | 34 |
| Capítulo III: Método .....  | 36 |
| 3.1. Nivel y tipo de investigación.....   | 36 |
| 3.2. Diseño de la investigación .....   | 36 |
| 3.3. Naturaleza de la muestra .....   | 36 |
| 3.3.1. Población.....   | 36 |
| 3.3.1.1. Descripción de la población .....  | 36 |
| 3.3.2. Muestra y método de muestreo .....   | 38 |
| 3.3.3. Criterios de inclusión .....   | 38 |

|   |    |
|---|----|
| 3.3.4. Criterios de exclusión.....  | 38 |
| 3.4. Instrumentos.....  | 39 |
| 3.4.1. Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar .....  | 39 |
| 3.4.2. Programa “Quiérete Mucho”.....   | 43 |
| 3.4.3. Entrevista estructurada para la evaluación del Programa “Quiérete Mucho” .....   | 44 |
| 3.5. Procedimiento .....  | 46 |
| 3.5.1. Consideraciones éticas .....   | 47 |
| 3.6. Plan de análisis de datos.....   | 48 |
| Capítulo IV: Resultados .....   | 49 |
| 4.1. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la Autoestima Total a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.....   | 49 |
| 4.2. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la Dimensión Personal a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar..... | 50 |
| 4.3. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la Dimensión Social a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.....   | 52 |

|  |    |
|--|----|
| 4.4. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la Dimensión Escolar a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.....               | 53 |
| 4.5. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la Dimensión Núcleo de Convivencia a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar..... | 54 |
| Capítulo V: Discusión.....   | 55 |
| Capítulo VI: Conclusiones .....  | 63 |
| Recomendaciones.....   | 64 |
| Referencias bibliográficas .....   | 65 |

## Anexos

- Anexo 1 Resultados de la validez de contenido por método de criterio de jueces del Programa «Quiérete Mucho».
- Anexo 2 Matriz inicial del Programa «Quiérete Mucho».
- Anexo 3 Matriz final del Programa «Quiérete Mucho».
- Anexo 4 Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- Anexo 5 Resultados de la validez semántica del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- Anexo 6 Entrevista estructurada.
- Anexo 7 Consentimiento informado.
- Anexo 8 Asentimiento informado.
- Anexo 9 Prueba de normalidad de las puntuaciones obtenidas, a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- Anexo 10 Cronograma.
- Anexo 11 Resultados de la entrevista estructurada.
- Anexo 12 Presupuesto de Programa «Quiérete Mucho».
- Anexo 13 Presupuesto de Proyecto de tesis.

## Índice de cuadros, tablas y gráficos

|   |    |
|---|----|
| Cuadro 2.1. Operacionalización de la Variable Dependiente .....   | 33 |
| Cuadro 3.1. Adaptación de los ítems correspondientes a la Dimensión Núcleo de Convivencia.....                | 40 |
| Cuadro 3.2. Ítems del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar .....   | 41 |
| Cuadro 3.3. Preguntas de la entrevista estructurada .....   | 45 |
| Cuadro 3.4. Procedimientos .....  | 46 |
| Tabla 4.1. Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la Autoestima Total.....                | 50 |
| Tabla 4.2. Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la Dimensión Personal .....             | 51 |
| Tabla 4.3: Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la Dimensión Social .....               | 52 |
| Tabla 4.4. Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la Dimensión Escolar .....              | 53 |
| Tabla 4.5. Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la Dimensión Núcleo de Convivencia..... | 54 |
| Gráfico 4.1. Variación de las puntuaciones de la Autoestima Total .....                                       | 50 |
| Gráfico 4.2. Variación de las puntuaciones obtenidas en la Dimensión Personal .                               | 51 |
| Gráfico 4.3. Variación de las puntuaciones obtenidas de la Dimensión Social.....                              | 52 |
| Gráfico 4.4. Variación de las puntuaciones obtenidas de la Dimensión Escolar...                               | 53 |
| Gráfico 4.5. Variación de las puntuaciones obtenidas en la dimensión de Núcleo de Convivencia.....            | 54 |

## INTRODUCCIÓN

La autoestima representa la valoración que la persona tiene de sí misma, permitiendo el reconocimiento de capacidades, limitaciones, aspiraciones y deseos de mejorar a nivel personal. También le facilita la capacidad de mantener relaciones adecuadas, expresar sus opiniones propias asertivamente y disfrutar de sus actividades en distintos ámbitos, como el social, el escolar, el familiar y el laboral.

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF 2008), la adolescencia representa la etapa del ciclo de vida donde se construye la identidad. Por tanto, la persona experimenta la transformación, la vulnerabilidad y las oportunidades en los aspectos físicos, morales, cognitivos, sociales y emocionales. Los adolescentes suelen ser percibidos como actores de problemáticas sociales. Ello no es del todo acertado, pues, por el contrario, deberían ser distinguidos como agentes de cambio con un enorme potencial para contribuir en forma positiva a la sociedad. Para lograrlo, es necesario que tengan acceso a una educación y orientación constructivas, servicios de salud, recreación, oportunidades para ser escuchado y que, al mismo tiempo, se les transmita la importancia de asumir responsabilidad por las decisiones tomadas como principio básico en su desarrollo personal y social.

Teniendo eso en consideración, la presente investigación tuvo como objetivo conocer el efecto del programa «Quiérete Mucho» en la autoestima de adolescentes mujeres residentes de una Casa Hogar del Callao. Para ello se empleó el Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión

escolar, y una entrevista estructurada: ambos instrumentos fueron aplicados tanto antes como después de la implementación del Programa.

A continuación se describe la secuencia de este estudio:

En el primer capítulo se delimita el tema y se define el planteamiento del problema, se puntualiza la identificación y se realiza la justificación y el reconocimiento de la importancia del problema. Asimismo, se señalan las limitaciones y los objetivos de la investigación, mencionando el objetivo general y los objetivos específicos.

El segundo capítulo está conformado por el marco teórico, en el cual se conoce las diferentes teorías que explican la autoestima, a saber la teoría humanista, la teoría cognitivo-conductual y la teoría conductual. Luego de ello se estudia el desarrollo psicosocial en la adolescencia y se considera las influencias que impacta sobre aquel. Además, se expone investigaciones nacionales e internacionales relacionadas al tema de investigación. Por otra parte, se define de manera conceptual y operacional las variables. Por último, se expone la hipótesis general y las hipótesis específicas.

En cuanto al tercer capítulo, se menciona la metodología, describiendo el nivel, tipo y diseño de la investigación, así como la naturaleza de la muestra, el método de muestreo, los criterios de inclusión y eliminación, a más de los instrumentos empleados, el procedimiento y el plan de análisis.

Respecto al cuarto capítulo, se especifica los resultados cuantitativos y cualitativos, los cuales se detallan a través de tablas y gráficos.

La discusión de la investigación se consolida en el quinto capítulo.

Finalmente, en el último capítulo se encuentran las conclusiones y las recomendaciones, que anteceden a las referencias bibliográficas y los anexos.

## Capítulo I: Planteamiento del problema

### 1.1. Identificación del problema

Según la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS 2001), citada por la DEFENSORÍA DEL PUEBLO (2008: 31), a pesar de los esfuerzos por considerar la salud como «[...] el estado de completo bienestar físico, mental y social [...]» que posee una persona «[...] y no solamente como la ausencia de afecciones o enfermedades [...]», los organismos le dan mayor importancia al aspecto físico, logrando una indiferencia y/o abandono por el bienestar psicológico del ser humano. Como consecuencia de esa tendencia en pensamiento clínico, los trastornos mentales y desfases terapéuticos se han incrementado a nivel mundial.

Según MADDALENO, MORELLO & INFANTE-ESPÍNOLA (2003), los gobiernos de los países de América Latina y El Caribe no consideran prioritario invertir en la adolescencia. Ello debido a que se cree que las personas que se encuentran en esta etapa tienen menor mortalidad que otras, restándole importancia a las enfermedades que padecen, tales como problemas de salud sexual y reproductiva, además de otras patologías físicas y mentales. Por consiguiente, se reduce la cantidad y la calidad de investigaciones relacionadas. Así lo refleja la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS 2013) cuando apunta que al menos el 20% de los niños y adolescentes a nivel mundial padecen de algún trastorno o problema mental.

MADDALENO *et al.* (2013) sustenta los motivos por los que se debe invertir en el bienestar de los adolescentes. Sus principales argumentos insisten en que la población adolescente representa un tercio del porcentaje de la Región, aunque la cifra se incrementa en el caso de los países pobres. Asimismo, los adolescentes y

las adolescentes son los líderes del milenio. Por ello es necesario dedicar mayor esfuerzo y tiempo en su bienestar, pues ello influye directa y decididamente en el mejoramiento de la salud, la educación y las capacidades de socialización de la presente generación y supone adelantos para el bienestar de las futuras generaciones. Se sabe, además, que el dinero invertido en el tratamiento de los adolescentes sumergidos en el consumo de drogas y otros problemas psicosociales es mayor que el asignado para su prevención.

Según UNICEF (s.f.), se considera adolescentes a los menores de edad que tengan entre 12 a 17 años. Su representación en la población peruana es del 13%. De esta cantidad, el 73.5% corresponde a los que residen en el área urbana, mientras que en el área rural la cifra es 26.5%. Respecto a su condición económica se puede decir, respectivamente, que el 39.8% y el 74% son pobres. La situación se agrava cuando se explora el ámbito académico, ya que la matrícula de alumnos a nivel secundaria en el área rural solo se da en un 50%, mientras que en la urbana llega hasta el 80%. En cuanto al ámbito laboral, se puede decir que el 33% de los adolescentes labora y que, en cambio, el 50% estudia y realiza actividades económicas.

UNICEF (s.f.) estima que el 49% de adolescentes peruanos son víctimas de violencia física por parte de sus progenitores, que le dan al castigo físico y moral el significado de una práctica formativa naturalizada de disciplina y educación. Respecto a la violencia sexual, se considera que un 80% de estos actos son causados por algún miembro familiar. La situación es grave, pues el 60% de embarazos de niñas entre 11 a 14 años se dan a consecuencia de incesto o violación. UNICEF (2013) señala que: «La maternidad adolescente es cuatro veces

mayor en adolescentes sin educación que con educación secundaria». Cabe resaltar, para el caso peruano, que en el departamento de Loreto el porcentaje de maternidad adolescente es de 26%; mientras que, en la región sierra es del 15% y de 8.5% en la costa.

En esa línea, URIBE (2012) revelan que una autoestima alta se encuentra relacionada con el estado de salud mental adecuada. De acuerdo con ello, la autoestima baja se considera un factor de riesgo para el bienestar mental. De esta manera, es poco probable que un adolescente que tenga autoestima baja no sufra de algún problema psicopatológico.

Se realizó un diagnóstico situacional, a través de una entrevista semi-estructurada a las responsables de la institución, en la cual manifestaron que las menores llegaron a este centro por abandono económico familiar, problemas de conducta, violencia física y/o sexual y, en algunos casos, como medida preventiva de tráfico de personas, participación en pandillaje y consumo de drogas. Además, mencionan que el principal problema de las menores es la autovaloración que tienen de sí mismas, evidenciándose en emociones de tristeza, sentimientos de culpa por las conductas antes realizadas, inseguridad en la toma de decisiones y continuas comparaciones con sus pares.

Por todo lo expuesto anteriormente, la presente investigación diseñó, implementó y evaluó el Programa «Quiérete Mucho» de autoestima en adolescentes mujeres residentes de una Casa Hogar.

La presente investigación, respondió a la siguiente pregunta; ¿Cuál es el efecto del programa «Quiérete Mucho» de autoestima en adolescentes mujeres residentes de una Casa Hogar del Callao?

## **1.2. Justificación e importancia de la investigación**

Según PAPALIA, WENDKOS & DUSKIN (2009), el adolescente sufre cambios no solo biológicos, sino también de autonomía, autoestima, social e intimidad. No todos los adolescentes se encuentran preparados para enfrentar de manera adecuada estos cambios. Por ello se debe fortalecer el desarrollo personal de los mismos de manera que no realicen prácticas que pueden afectar su vida, como adicciones, embarazos precoces, delincuencia, entre otros.

Según la Directora de la Casa Hogar, las adolescentes fueron separadas de sus familias por presentar una dinámica familiar violenta, conductas de riesgo en adicciones y delincuencia, entre otros hábitos que afectan directamente su desarrollo personal. Por todo ello se diseñó, implementó y evaluó un programa de intervención de autoestima durante los meses de noviembre y diciembre del año 2016.

En efecto, se brindó estrategias para fortalecer la autoestima de las adolescentes, las cuales podrían ser utilizadas por las menores y las autoridades de la Casa Hogar en favor a las adolescentes. Futuras investigaciones podrán comprobar la adaptación del programa en otros contextos.

El objetivo principal del programa «Quiérete Mucho» fue fortalecer la autoestima de las adolescentes mujeres entre 12 a 16 años. La autoestima es entendida desde cuatro dimensiones: personal, escolar, social y núcleo de convivencia. Según la referencia de la Directora de esta institución, las menores han experimentado conductas que probablemente hayan dañado su autoestima, como violencia psicológica, física y/o sexual, conductas de riesgo en adicciones y delincuencia.

Asimismo, la presente investigación brinda nuevos aportes teóricos como la matriz del Programa “Quiérete Mucho”. También hace aportes metodológicos, como la evaluación del programa antes mencionado.

### **1.3. Limitaciones de la investigación**

- La muestra es muy reducida para generalizar los resultados.
- No se puede comparar directamente con los resultados de otras investigaciones que han usado la prueba original de Coopersmith.
- La mayoría de facilitadoras del programa «Quiérete Mucho» no son permanentes, es decir, varían por sesión.

### **1.4. Objetivos de la investigación**

#### **1.4.1. Objetivo general**

- Conocer el efecto del programa «Quiérete Mucho» en la autoestima de adolescentes mujeres residentes de una Casa Hogar del Callao.

#### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Comparar las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» en la Dimensión Personal obtenidos a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- Comparar las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» en la Dimensión Social obtenidos a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- Comparar las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» en la Dimensión Escolar obtenidos a

través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

- Comparar las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» en la Dimensión Núcleo de Convivencia obtenidos a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

## Capítulo II: Marco teórico

### 2.1. Aspectos conceptuales pertinentes

#### 2.1.1. Autoestima

Existen muchos estudios sobre la autoestima desde distintos enfoques de la psicología: todos apuntan al desarrollo de la persona y su impacto en el éxito de su vida, ya sea personal, educacional, interpersonal y económica, entre otras.

Existe concordancia entre los diferentes estudiosos de la autoestima que se remontan a la naturaleza de la autoestima. Según GRAJEDA, TITO & FLORES (2002), para autores como COOPERSMITH (1978), DIEZ CANSECO (1983), BUSSE (1989), PECHO (1993) y MONTGOMERY (1991), así como BRANDEN (1994), ACOSTA & HERNÁNDEZ (2004) y TISCAR (2014), la autoestima se forma a partir de las experiencias que tiene el individuo. De acuerdo con ello, la autoestima se encuentra en un proceso dinámico. Esta información se puede avalar, ya que la persona nace con reflejos incondicionados para adaptarse al mundo, mas no con el nivel de pensamiento y de lenguaje que se requiere para comprender significados de experiencias o para tener una percepción de sí mismo, mucho menos para plantearse metas y, por ende, para tener una retroalimentación de este. El significado de las palabras se irá adquiriendo a través de sus experiencias y contingencias al igual que los estímulos que le rodean.

Según COOPERSMITH (1967), citado por SPARISCI (2013), la autoestima es el juicio o evaluación que se tiene de sí mismo. Esta se forma a partir de las experiencias y, a su vez, permite enfrentarse a los desafíos que dichas experiencias proponen, de manera que el individuo pueda respetar y defender sus derechos, intereses y necesidades. Por otro lado, para Cruz (2017), la autoestima

es la fuerza interna que permite a la persona dirigir su movimiento hacia una determinada dirección; además, de ser la fortaleza con la que contamos para enfrentarnos a los problemas que pueden suscitarse.

#### **2.1.1.1. Teorías y enfoques sobre la autoestima**

##### **2.1.1.1.1. Enfoque humanista sobre la autoestima**

Según RIVEROS (2014), el humanismo concibe al ser humano desde un enfoque holístico, de manera que integra todos sus factores, como el cognitivo, el emocional y el comportamental.

Según ROGERS (1992), citado por SALAZAR & URIEGAS (2006), el ser humano se encuentra constantemente en el proceso de desarrollarse a sí mismo, siendo más libre, auténtico y congruente. Por tal razón surgen las interrogantes como «¿Quién soy?» y «¿Cómo puedo llegar a ser realmente yo mismo?».

Según MASLOW (1990), citado también por SALAZAR & URIEGAS (2006), la determinación del *yo* o *sí mismo*, la consciencia de saber qué le gusta, qué no le gusta, qué considera ser bueno y malo para la persona, la dirección y metas del individuo, implica el concepto de autoestima. Por tanto, se puede decir que, según Maslow, la autoestima se conceptualiza como la percepción que cada uno tiene de sí mismo. Según GONZÁLEZ-ARRATIA (2001), la cumbre de la pirámide de autorrealización de Maslow está antecedida por el reconocimiento que debe tener la persona de sí misma, lo cual estaría implícito en el concepto de autoestima, el cual tiene que ver con la recepción de respuestas positivas de los demás, así como el sentirse apreciado y tener respeto por sí mismo. Al lograr esto se llega al bienestar y satisfacción personales.

Según SATIR (1990), citado por SALAZAR & URIEGAS (2006), el individuo consta de tres niveles: cuerpo, mente y espíritu, cada uno de estos tiene necesidades. Por tanto, el ser humano tiene una necesidad medular de amor a sí mismo acompañada de una aceptación. A esta necesidad se le define como autoestima.

Según BRANDEN (1994), humanista especializado en el tema de autoestima, propone la conceptualización del autoestima en base a los dos enfoques anteriores, es decir, desde los términos eficacia personal y sentimiento de valía personal. En otras palabras: Branden refiere que uno es competente y digno de la vida. Cabe resaltar que emplear esta definición ayuda a no caer en reduccionismos, ya que consta de tres elementos: a) la competencia que permite expresar la autoestima en comportamiento eficaz o exitoso, b) la dignidad que implica la sensación de ser bueno y la necesidad de ser respetado, y, finalmente, c) el término «y», que aunque no es un concepto psicológico, en esta definición es clave mencionarla, ya que relaciona a los términos antes mencionados. De esta manera se complementa para darle una visión holística a la autoestima.

Para BRANDEN (1994), en esa línea, la autoestima se encuentra constituida por dos componentes:

- Percepción de ser eficaces, confiar en los pensamientos y en la capacidad de aprender y elegir las decisiones correctas, teniendo como consecuencia que el individuo logre superar los desafíos que se le presente.

- Respetarse o la confianza y el derecho de ser feliz, de manera que la persona entienda que todos tienen la capacidad de ser felices y exitosos, además de tener amistad y amor.

El psicoterapeuta Nathaniel Branden (1994), pionero en el estudio de la autoestima y Director Ejecutivo de The Branden Institute for Self-Esteem, describe seis prácticas fundamentales para promover la autoestima:

- a) La práctica de vivir conscientemente: se refiere al ser consciente de nuestras acciones, propósitos, valores y metas, de manera que actuemos sobre lo que vemos y conocemos, sin evadir los hechos, reconociendo lo real y no real. El ser conscientes de nuestra vida, nos permite enfrentarnos a los obstáculos y desafíos, tomando una postura responsable, así lograremos tener un alto sentido de eficacia personal y respeto a uno mismo.
- b) La práctica de aceptación de sí mismo: la autoestima no se puede desarrollar sin tomar en cuenta la aceptación de sí misma. Este último concepto tiene tres niveles de significación:
  - Aceptarme a mí mismo es estar a mi lado, es decir, estar para mí mismo: se refiere a la capacidad que tiene el individuo de valorarse y comprometerse consigo mismo. Impide la autoconfrontación. La praxis de esta significación se caracteriza por el inicio base para el desarrollo personal.
  - Aceptarse a sí mismo implica la disposición de conocer y experimentar los pensamientos, sentimientos, acciones, sueños y emociones como parte de sí, de esta manera se aprende a valora cada error como un nuevo aprendizaje y a tener satisfacción de los logros.

- Aceptarse a sí mismo conlleva a la idea de ser amigo de sí mismo, lo que va a permitir que exista un *feedback* en cada acción.
- c) La práctica de la responsabilidad de sí mismo: se refiere a que la persona tiene la capacidad de tener control sobre su vida, de manera que pueda responsabilizarse de las consecuencias de sus actos y del logro de sus metas. Esto evitará a que culpabilice a otras personas de lo que le sucede. Por ejemplo, que en lugar de justificarse diciendo «llegué tarde por culpa del tráfico» reconozca su responsabilidad y diga «llegué tarde porque me demoré en tomar desayuno». La importancia de este pilar radica en que cada individuo puede desarrollar un plan único de acción para su vida.
- d) La práctica de la autoafirmación: se refiere al respeto que se le debe dar a los deseos, valores y necesidades, así como la forma de expresarlos adecuadamente en la realidad. En otras palabras, comportándose desde sus propias perspectivas, creencias y sentimientos.
- e) La práctica de vivir con un propósito: se refiere a que la persona debe emplear todas sus facultades para el logro de metas propuestas. Es decir, la persona tiene la exigencia para afrontar la vida, de manera que se va a plantear metas y hará lo posible para cumplirlas.
- f) La práctica de la integridad personal: se refiere a la integración entre nuestras convicciones, normas y creencias, y que todo esto se encuentre en coherencia con la conducta de la persona.

#### **2.1.1.1.2. Enfoque cognitivo-conductual sobre la autoestima**

Según EPSEIN (1985), citado por TISCAR (2014), la autoestima puede definirse como la necesidad que tienen todos los seres humanos de basar su propia

valoración en la dignidad, que a su vez representa la fuente de motivación. En otras palabras, la autoestima se refiere a la comprensión de sí mismo, de los demás y de quiénes somos en relación con ellos. Para EPSEIN existen tres niveles de autoestima: a) la global, referida al individuo; b) la intermedia, específica en áreas como competencia, simpatía, entre otros; y c) la situacional, que se refiere a la cotidianidad del día a día. Las dos primeras, global e intermedia, influyen sobre la situacional.

Según JAMES (1890), citado por TISCAR (2014), la autoestima se conceptualiza en base al término de eficacia y/o competencia. El autor la describe como la relación entre nuestras metas y logros. Sabiendo esto, se deja en un segundo plano la definición de autoestima en términos de actitud, creencia y valor. Por el contrario, la autoestima se hace evidente según el comportamiento de la persona. A su vez esta conceptualización tiene factores positivos, como realizar una evaluación a nivel cognitivo-conductual, lo cual es más objetivo, reduciendo las críticas que se le hace al trabajo psicológico desde el enfoque unidimensional de la autoestima. Los factores negativos radican en que existen diferentes tipos de conductas que no siempre están guiados hacia lo esperado, así tenemos, por ejemplo, que la meta de un ladrón sea secuestrar y robar un banco: si la acción llegara a ser realizada con éxito, no por ello se evidenciaría, de acuerdo con esta teoría, una alta autoestima. Por otro lado, puede ser un empresario exitoso, por un momento se piensa que tiene alta autoestima por haber cumplido sus metas exitosamente, pero si nos enteramos que ha realizado conductas suicidas se concluye una baja autoestima, desde el enfoque unidimensional.

### **2.1.1.1.3. Enfoque conductual sobre la autoestima**

Según GRAJEDA, TITO & FLORES (2002), ARISTÓTELES define a la autoestima como «amor a sí mismo», es decir como una forma de sentirse uno a sí mismo. Por su parte, MONTGOMERY (1999), citado por GRAJEDA, TITO & FLORES (2002), la define como la capacidad de racionalización expresada en el nivel de elaboración verbal y de discernimiento emocional que tiene la persona sobre su comportamiento, el cual sin duda ha sido adquirido a través de las experiencias vividas. Algunos autores mencionan que la base fundamental de estas conceptualizaciones se resume en el significado de la palabra autoestima, ya que «auto» se refiere a la persona en sí misma y por sí misma, mientras que «estima» a la valoración, evaluación y medición.

Según ACOSTA & HERNÁNDEZ (2004), la definición del autoestima radica en el sentimiento valorativo que tiene cada persona respecto a su propio ser, teniendo en cuenta aspectos corporales, mentales y espirituales. Se encuentra directamente relacionado con el desarrollo personal del individuo.

Por otra parte, ROSENBERG (1965), citado por TISCAR (2014), se refiere a la conceptualización de la autoestima en términos de dignidad, ya que para este autor significa la actitud positiva o negativa que posee la persona sobre el *yo*. Por tanto, se deduce que la alta autoestima se refiere al sentimiento que induce a la persona a creer que es buena. Claramente esta connotación nos lleva a pensar que tiene una definición unidimensional e interna en la persona, lo cual trae consigo factores positivos y negativos. Los positivos, en primer lugar, permiten la conceptualización de una manera sencilla para investigaciones, aplicación y evaluación de tests psicométricos. Sin embargo, los factores negativos son objeto

de estudio y atención en los programas de prevención, promoción e intervención, pues el hecho de que sea un factor interno (actitud) hace más complejo y dificultoso su estudio y aprehensión. Por ello se considera que la autoestima tiene que estar ligada a factores reales para cuidarse del reduccionismo de solo verla como la evaluación global que se tiene de uno mismo.

#### **2.1.1.2. Modelo de Autoestima según Coopersmith (1967)**

COOPERSMITH (1967), citado por SPARISCI (2013), expone un modelo conductual de la autoestima definiéndola como la evaluación que se tiene de uno mismo. Esta puede ser una actitud de aprobación o desaprobación, indicando si el paciente se siente capaz, significativo y exitoso. Toda esta concepción se Wdimensiones para explicar la autoestima, a saber:

- **Dimensión personal:** se refiere a la evaluación que tiene la persona de sí misma, respecto a su imagen corporal y sus cualidades, además de la productividad y la dignidad. Carbajal, Hinostroza & Llanos (2015) siguiendo la postura de Coopersmith, mencionan que la dimensión personal se relaciona con los objetivos y expectativas que se plantea el individuo; asimismo, con la atracción que siente con el sexo opuesto.
- **Dimensión social:** se refiere a la actitud que tiene la persona de sí misma, respecto a las relaciones interpersonales que forma, además de si la persona es líder en un grupo determinado y tiene participación activa y asertiva. Carbajal, Hinostroza y Llanos (2015) siguiendo la postura de Coopersmith, exponen que la dimensión social se refiere a la habilidad de relacionarse en distintos marcos sociales; además, de sentirse aceptado o rechazado y pertenecer al grupo.

- Dimensión escolar: se refiere al juicio que tiene la persona de sí misma, frente al ámbito escolar haciendo énfasis en la motivación y en la importancia que le da a las tareas o actividades emprendidas a partir de este contexto. Valdez (2001), refiere que en la dimensión escolar está incluida la autovaloración que tiene la persona frente a sus capacidades cognitivas.
- Dimensión familiar: se refiere a la evaluación que tiene la persona de sí misma dentro del entorno familiar, además de la seguridad, la comprensión y el respeto que percibe dentro del marco familiar. Carbajal, Hinojosa y Llanos (2015) siguiendo con la teoría de Coopersmith, mencionan que la dimensión familiar es la más importante, ya que la familia constituye el primer grupo social del individuo.

### **2.1.2. Desarrollo psicosocial en la adolescencia**

Según PAPALIA, WENDKOS & DUSKIN (2009), la adolescencia representa el puente entre la niñez y la adultez. Es, enseguida, un proceso vital en el cual existen cambios cognitivos, físicos y psicosociales. Cabe distinguir el concepto de adolescencia de otro distinto como el concepto de pubertad. Ambos términos suelen emplearse como equivalentes cuando, en verdad, no lo son. La pubertad es el proceso mediante el cual el individuo logra alcanzar la madurez sexual y reproductiva. Diferentes autores refieren que estos dos procesos aparecen al mismo tiempo de vida del individuo. Sin embargo, esta afirmación ha sido criticado en base a las posturas de médicos occidentales, quienes consideran que

la pubertad puede iniciarse antes de los 10 años, mientras que la adolescencia comprende el periodo entre los 11 y 19 o 20 años.

Según la teoría de ERIKSON, el desarrollo psicosocial se conceptualiza como el proceso permanente en el cual se producen cambios en el individuo a partir de la interacción que tiene con el medio social y físico. En la adolescencia, específicamente, los cambios se dan en base a la identidad del adolescente.

#### **2.1.2.1. Etapas del desarrollo psicosocial en la adolescencia**

Según Callo (2017) el adolescente tiene la tarea de establecer su identidad, siendo una tarea que; por lo general, puede ser crítica, ya que debe pasar de la dependencia a la independencia. KRAUSKOPF (2011) considera que el desarrollo psicosocial en la adolescencia se da más pronto en mujeres que en hombres y que varía según la cultura. La adolescencia tiene tres etapas.

##### **2.1.2.1.1. Adolescencia temprana**

La adolescencia temprana se comprende entre los 10 y los 13 años. Se caracteriza porque el individuo puede llegar a tener mayor preocupación por los factores físicos y emocionales, por ello es que realiza una reestructuración de su esquema corporal, puesto que constata ajustes respecto a su desarrollo sexual y además comprueba también un incremento en la capacidad de abstracción y reflexión. Respecto al ámbito emocional, la persona presenta ansiedad sobre todo en la relación con los padres y fluctuaciones del ánimo. En el ámbito social, en cambio, aparecen dificultades en la dinámica familiar y en el establecimiento de relaciones de pares del mismo sexo.

#### **2.1.2.1.2. Adolescencia media**

La adolescencia media comprende entre los 14 y los 16 años. Se caracteriza porque la persona emprende la búsqueda de la autonomía a base de su enfoque del presente, lo que contribuye a que se pueda establecer relaciones grupales heterosexuales, a que se afiance el interés por las actividades sociales, a que se apunte el deseo de afirmar el atractivo sexual del sexo opuesto, lo que corre parejo con la elaboración de identidades e intereses en la participación.

#### **2.1.2.1.3. Adolescencia avanzada-juventud**

La adolescencia avanzada o juventud comprende desde los 17 hasta los 19 años. Se caracteriza porque la persona presenta mayor ansiedad frente a su proyecto de vida, rebeldía frente a una autoridad cada vez más confusa y debilitada, intensificación de la necesidad de un mayor autocuidado, incorporación de nuevas experiencias como la iniciación de relaciones amorosas y sexuales, participación en la elaboración de proyectos sociales y, finalmente, toma de conciencia de sus conflictos identitarios.

#### **2.1.2.2. Influencias**

Gonzales & Gimeno (2013), considera que la autoestima varía a lo largo del tiempo, en base a las experiencias que tiene el individuo, en especial, por la interpretación que tiene de ellas. Las experiencias suelen darse en distintos escenarios, los cuales tienen una influencia significativa en la persona.

##### **2.1.2.2.1. Influencia familiar**

Según CLIMENT (2006), citado por MORENO (2013), el impacto de los padres en la educación de los adolescentes representa la primera y más significativa influencia para su desarrollo, ya que en la familia se crean los primeros vínculos

que tendrá el individuo, los cuales serán decisivos para su desarrollo con su ámbito social.

Según PEDREIRA & ÁLVAREZ (2000), el adolescente sufre una lucha intrapsíquica durante este período, ya que durante la infancia ha estado acostumbrado a depender de sus padres. En cambio, en la adolescencia la sociedad impone un cambio de estatus, que implica la autonomía, la independencia y la sostenibilidad fuera de la familia. Al querer lograr esta autonomía, el adolescente experimenta emociones de pertenencia al grupo de amigos y de esta manera se distancia de sus familiares.

Según MORENO & ROJAS (1998), citados por MORENO (2013), cuando el adolescente se caracteriza por tener una adecuada dinámica familiar, tendrá mayor facilidad y será más factible que afronte la lucha intrapsíquica con éxito para encontrar la autonomía necesaria para tomar sus propias decisiones y plantearse metas propias.

Según MORENO (2013), la relación padre-hijo y el manejo de la autoridad se encuentra directamente relacionado con el desarrollo psicosocial del adolescente. En esa medida, se considera que la falta de atención emocional, disciplina inconsistente y autoritaria impactan de manera negativa al comportamiento prosocial.

Recientes estudios evidencian la postura antes mencionada. Según ECHARRI & PÉREZ (2006), citado por MORENO (2013), la dinámica familiar autoritaria permite el paso acelerado de la adolescencia hacia la adultez, lo que se refleja en acciones como dejar la casa familiar, no estudiar, tener hijos, trabajar,

entre otros. Tener una comunicación más efectiva entre padres e hijos y una situación económica más óptima, en cambio, retrasarían este proceso.

#### **2.1.2.2.2. Influencia social**

Para WARDETZKI (2013): «La satisfacción de las necesidades de ser respetado, valorado, querido e involucrado afianza nuestra autoestima y por ello son llamadas [necesidades] narcisistas». En este sentido, de no ser cumplidas influyen de manera negativa en la autoestima. Por ello es importante reconocer estas necesidades, a fin de que sean comunicadas a los pares logrando que estos tomen consciencia de las mismas para evitar conductas ofensivas de manera voluntaria o involuntaria. Ejemplo: Alonso (14 años) le muestra a su amiga María (13 años) su examen con nota 20, mientras que ella habla por celular con su mamá. Alonso se molesta y se pone a llorar porque no le hicieron caso. Él necesitaba tener la atención y el reconocimiento a su esfuerzo por parte de su compañera, sin embargo, ella no lo puede atender porque se encuentra ocupada. Si él hubiera identificado esta necesidad, esperaría a que María se desocupe para tener toda su atención e incluso una felicitación de parte de ella.

Por otro lado, WARDETZKI (2013) sostiene que en la adolescencia las ofensas entre pares se pueden suscitar de manera habitual, significando un ataque a la autoestima y posteriormente a su debilitamiento, aunque en diferente magnitud. El determinante será el nivel de autoestima que posea el adolescente. Por tanto, si tiene un nivel bajo, será más susceptible; por el contrario, los que gocen de una autoestima estable no tomarán de manera personal los mensajes malintencionados y, por consiguiente, les afectará en menor medida. La anterior postura es apoyada por Sungur (2015), ya que sostiene que una persona con alta

autoestima se considera valiosa dentro del ámbito social donde se desarrolla; además, de tener la capacidad de autoexpresarse, por lo que, no se encuentra bajo la influencia de otros.

#### **2.1.2.2.3. Influencia del ámbito escolar**

Según PEDREIRA & ÁLVAREZ (2000), la escuela representa un lugar para la socialización del adolescente, ya que en este espacio social podrá encontrar amistades con las que puede generar la sensación de integración, logrando de esta manera autonomía en relación a los padres. En un primer momento, el grupo de interacción se caracteriza por estar compuesto por personas del mismo sexo y por estar enfocado en la actividad que realizan más que en la interacción. En la adolescencia media, en cambio, se establecen relaciones más afectivas. En la adolescencia tardía se forman relaciones heterosexuales que pueden concluir en relaciones de pareja.

ZACARÉS, IBORRA y SERRA (2009), citados por MORENO (2013), refieren que las amistades que forma el adolescente son muy importantes, ya que los amigos y las amigas se convierten en personas de referencia, sustituyendo progresivamente el importantísimo papel temprano de los padres. Debido a la brecha generacional, por eso, los amigos puede adquirir el significado en muchos casos del principal apoyo moral, es decir, los amigos pueden tornarse una influencia decisiva en la toma de decisiones. Asimismo, Cruz (2017) y el Ministerio de Educación (2017) consideran importante la relación que tiene el adolescente con los profesores responsables para el desarrollo de la autoestima.

### **2.1.2.3. Teoría del desarrollo psicosocial: identidad vs confusión de identidad.**

PAPALIA, WENDKOS & DUSKIN (2009), apoyándose en los desarrollos teóricos de Erikson, plantean que durante la adolescencia el ser humano se enfrenta a una crisis de identidad y a una confusión de identidad (o confusión de rol). Durante este período el adolescente suele plantearse la pregunta ¿quién soy?, puesto que se encuentra en la búsqueda del yo: «La identidad, según Erikson, se refiere a la concepción coherente del yo formada por metas, valores y creencias con los que la persona se compromete de manera firme» (PAPALIA, WENDKOS & DUSKIN 2009: 515).

En otras palabras, BOEREE (2012), tomando la postura de Erikson, define a la identidad como la capacidad del individuo de responder a las preguntas: ¿quién soy?, ¿cómo encajo en esta sociedad? Para ello toma en cuenta la historia personal y moldea una autoimagen unificada que se relaciona con la definición de la autoestima.

Según PAPALIA, WENDKOS & DUSKIN (2009), la adolescencia se encuentra caracterizada por la búsqueda de la identidad, y para formar esta se debe responder a los siguientes ámbitos: elección de una ocupación, adopción de los valores y desarrollo de una actividad sexual satisfactoria, etc. Cuando el adolescente no se desarrolla de manera adecuada o le cuesta definir su identidad de ocupación, suele caer en prácticas nocivas que afectan su desarrollo, tales como la delincuencia o los embarazos prematuros.

### **2.1.3. Instituciones de cuidado y protección del menor**

Según HEPP (1984), citado por GIANINO (2012), en la antigüedad los ciudadanos consideraban los problemas de sus vecinos como propios, de manera

que, ante la dificultad, salían adelante apoyándose unos a otros. Tal es el caso que si el menor se quedaba desamparado por muerte de padres y/o problemas familiares, era cuidado por la familia extensa o por los vecinos. Sin embargo, a raíz de que las poblaciones fueron aumentando en grandes proporciones se fue perdiendo esta práctica y empezaron a predominar, por el contrario, la competencia y la racionalidad. En la necesidad de salvaguardar la integridad de los menores aparecen las instituciones de cuidado y protección del menor.

Según UNICEF (2013), se entiende por instituciones de cuidado y protección del menor a centros públicos, privados o mixtos que ofrecen acogimiento residencial a niños, niñas y adolescentes a tiempo completo con el propósito de protegerlos, ya sea que se les brinde acogida de forma transitoria o de forma permanente. Este concepto incluye orfanatos y casas hogares, instituciones psiquiátricas y hospitales. Quedan excluidas de esta definición las instituciones de la justicia penal juvenil y las formas alternativas de tipo familiar.

Según BROWNE (2009), citado por UNICEF & RELAF (2016), los niños, niñas y adolescentes tienen menos oportunidades para interactuar socialmente en un marco institucional. Los organismos antes mencionados realizan una crítica a las macroinstituciones de América Latina y El Caribe, mencionando al Hogar Puericultorio Pérez Aranibar, situado en la ciudad de Lima, el cual cuenta con 300 niños albergados. Las principales críticas hacia estos centros son la masividad, la debilidad de vínculos, el encierro prolongado, el aislamiento y el desarraigo, la despersonalización y sus efectos nocivos en la primera infancia. Además, existen teorías que apoyan la postura antes mencionada como la de SPITZ & BOWLBY,

citados por GIANINO (2012), quienes sustentan que la institucionalización afecta el desarrollo socioemocional de la niña y la adolescente.

Hay que hacer hincapié en que en el informe que presenta UNICEF & RELAF (2016), se entiende por macroinstituciones a los establecimientos que alojan a una gran cantidad de niños, niñas y adolescentes que han sido alejados de sus familias. Aunque no especifican la capacidad límite, estos organismos proponen, como una estrategia para erradicar las macroinstituciones, la creación de pequeñas unidades residenciales donde se pueda albergar a quien necesite de un mayor cuidado, como personas que sufren por alguna crisis específica.

#### **2.1.3.1. Criterios para brindar una atención de calidad**

FERNÁNDEZ & FUERTES (2005), citados por GIANINO (2012), consideran que es necesario establecer los siguientes criterios para brindar una atención de calidad a los menores residentes en distintas instituciones y, por consiguiente, disminuir las consecuencias negativas en los mismos.

- Individualización: alude a la importancia de conocer, atender y respetar las características, necesidades, problemáticas y oportunidades de cada menor, y no solamente satisfacer las demandas y necesidades del grupo. Para cumplir con ello es indispensable que las autoridades de la institución acojan al adolescente de manera positiva, le expliquen sobre su situación actual y futura, realicen una planificación de acuerdo a las necesidades del menor, respetando la identidad étnica y favoreciendo actividades personalizadas para el menor.
- Respeto a los derechos del niño y la familia: los datos personales de los menores deben ser manejados únicamente por las autoridades de las

instituciones y con absoluta confidencialidad. Se debe fomentar la participación, conforme a la situación, edad y desarrollo, en las decisiones de la institución. Asimismo como, deben conocer los castigos anticipadamente. Por otro lado, la familia tiene derecho a estar en contacto con el menor y viceversa. También tiene derecho, además, a estar informada del plan de trabajo que se realiza con el menor, siempre y cuando no existan restricciones impuestas por las autoridades competentes.

- Adecuada cobertura de las necesidades materiales básicas: este criterio hace referencia al lugar donde residen, el cual debe ser acogedor y seguro para el menor y, asimismo, debe estar dentro de la comunidad. En cuanto a la alimentación, debe cumplir con un plan dietético, mientras que la vestimenta debe ser acorde a las actividades y estaciones del año. Por otra parte, el menor debe contar con un dinero semanal para que disponga en la satisfacción de las necesidades que el crea convenientes.
- Escolarización y alternativas educativas: todo aquel que se encuentre en etapa escolar debe estar matriculado en un centro educativo. Agregado a ello, se debe fomentar aspectos psicosociales que influyen en su rendimiento académico, tales como la autoestima, las habilidades y hábitos de estudio, entre otros.
- Promoción de la salud: el menor debe tener una evaluación al ingresar a la institución, así como un monitoreo médico y una educación para la salud permanentes.

- Normalización e integración: se refiere a que los niños deben tener contacto con las distintas actividades de la comunidad fuera de la institución, de manera que tengan una vida similar a la de cualquier otro niño.
- Enfoque de desarrollo y preparación para la vida: el menor es un ser en desarrollo, por tanto deberá ser guiado y protegido para su madurez y vida adulta. Algunas estrategias prácticas consisten en brindarle responsabilidades acordes con su edad.
- Apoyo a las familias: se debe tener en cuenta que la familia es un elemento clave para una intervención exitosa. Por ello es importante que la familia sea involucrada en el proceso. Además, se debe brindar estrategias para un acercamiento familiar que contribuya a mejorar las habilidades parentales.
- Seguridad y protección: el menor deberá contar con seguridad y protección permanentes dentro de la institución y ser monitoreado en sus salidas. Cabe resaltar que este criterio también hace alusión a la seguridad del ámbito afectivo.
- Colaboración y coordinación centrada del niño: el trabajo interinstitucional es elemental para asegurar el bienestar del menor.

## **2.2. Investigaciones en torno al problema investigado**

### **2.2.1. Investigaciones nacionales**

La tesis de GIANINO (2012), titulada *La resiliencia en niños institucionalizados y no institucionalizados*, elaborada para obtener la Licenciatura de Psicología de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, se

propuso comparar el nivel de resiliencia entre 56 niños institucionalizados en el Puericultorio Pérez Aranibar y 56 niños del Colegio Perú-España del distrito de Villa El Salvador. Las edades de los menores oscilan entre los 8 y los 11 años de edad. Se empleó el Inventario de Resiliencia para Niños de Salgado Lévano. GIANINO (2012) refiere que los resultados obtenidos demuestran que no existe una diferencia significativa entre ambos grupos estudiados.

La investigación titulada *Efecto de un programa de intervención en el fortalecimiento de la autoestima en escolares*, presentada por RAMÍREZ (2007) para obtener la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, tuvo como objetivo determinar la efectividad de un programa de intervención en el fortalecimiento de la autoestima en escolares, para lo cual se intervino a 29 alumnos del 5to grado de primaria de una institución educativa de Lima Metropolitana. Para ello se diseñó un programa de autoestima que constó de ocho talleres. Asimismo, se implementó el Cuestionario de Autoestima de Coopersmith (1967) antes y después de la aplicación del Programa. RAMÍREZ (2007) concluye que existió mejora respecto al nivel de autoestima en los escolares: en la primera evaluación los adolescentes participantes tuvieron un nivel bajo de autoestima representado en un 31%, mientras que en la segunda evaluación hubo un descenso hasta el 24%.

### **2.2.2. Investigaciones internacionales**

*Propuesta de programa cognitivo conductual de autoestima para niños de 7 a 10 años víctimas de maltrato intrafamiliar* es el título de la tesis de Licenciatura en Psicología Clínica sustentada por RANERO (2014) en la Universidad Rafael Landívar (Guatemala). Tuvo como objetivo principal

reconocer los aspectos que debe tener un programa cognitivo conductual de autoestima aplicado para niños de 7 a 10 años que han sido víctimas de violencia intrafamiliar. Para lograr con este fin, la muestra estuvo conformada por cinco psicólogas que trabajan con niños y familias víctimas de violencia intrafamiliar. La investigación fue cualitativa, ya que se aplicó una entrevista semi-estructurada. RANERO (2014) concluye que para desarrollar un programa cognitivo conductual de autoestima se debe tener en cuenta que se busca fortalecer la autoestima, las cualidades resilientes y las habilidades sociales. Finalmente, se pudo desarrollar el programa para las psicólogas de la institución y/o futuros profesionales para beneficiar a los niños y las familias que han sufrido violencia intrafamiliar.

En la investigación titulada *Proyecto para trabajar la autoestima en mujeres víctimas de violencia de género*, presentada en la Universidad Miguel Hernández de Elche (España), MARTÍNEZ (2013) se propuso, a través de un programa de autoestima, mejorar la autoestima en un grupo de mujeres víctimas de violencia de género que se encuentran en proceso de reinserción social. Para lograrlo solicitó apoyo al Servicio de Atención Integral a la mujer maltratada (SAIM) de Elche, a fin de que la psicóloga de cabecera hiciera una selección con las mujeres que consideraba que habían sido expuestas en mayor tiempo a situaciones de violencia, frecuencia de recaídas y menoscabo en el nivel de autoestima. El proyecto consta de cinco sesiones, una por semana, dos horas cada una, y fue evaluado con el Test de Autoestima de Rosenberg.

La tesis sustentada por SÁNCHEZ (2011) titulada *La autoestima en un grupo de niñas de Casa Hogar en la Ciudad de México* de la Universidad Pedagógica Nacional (México), tuvo como objetivo describir las características

que presenta la autoestima de un grupo de seis niñas entre los 8 hasta los 12 años de edad. Para cumplir con el objetivo, el autor entrevistó a las profesoras y las menores, realizó observaciones a las niñas durante el recreo y la clase, aplicó un cuestionario y, asimismo, empleó el Inventario de Coopersmith.

SÁNCHEZ (2011) refiere que los resultados revelan que las niñas presentan una autoestima baja, considerando que los factores que no facilitan su adecuado desarrollo son la falta de vinculación con la casa hogar y la escuela, la falta de relación y compromiso entre el personal que labora en ambas instituciones, entre otros. Por tal motivo decidió llevar a cabo el Taller «Descubriendo mis cualidades», que constaba de 12 sesiones. Sin embargo, solo pudieron ser aplicadas cinco por falta de disponibilidad.

El estudio presentado por SALAZAR (2010), titulado *Violencia intrafamiliar y autoestima en los estudiantes del octavo año de educación básica del colegio experimental «Bernardo Valdivieso» Loja, octubre 2009–febrero 2010* en la Universidad Nacional de Loja (Ecuador), tuvo como objetivo determinar la relación entre la violencia intrafamiliar y la autoestima en alumnos de nivel secundaria en un colegio de Ecuador. Se aplicó una encuesta de violencia familiar y el Test de Rosenberg. Se obtuvo como principales resultados que aproximadamente el 56% ha experimentado violencia familiar. El tipo más común fue el psicológico (82.57%). No se establece una vinculación significativa con la autoestima, ya que los instrumentos revelaron que en promedio la autoestima fue normal (45.86%).

El estudio presentado por SALAZAR & URIGAS (2006), titulado *Autoestima desde un enfoque humanista: diseño y aplicación de un programa de*

*intervención*, realizado para obtener la Licenciatura en Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional (México), tuvo como objetivo diseñar, implementar y evaluar un taller que proporcione experiencias de autoconocimiento que puedan mejorar la autoestima de los niños. El taller fue aplicado en 21 alumnos, de entre 10 y 12 años, del 6to grado de primaria ubicado en la Delegación Tlalpan, y constó de 14 sesiones, tres sesiones por semana. Para evaluar la efectividad del taller se empleó como pre y post test el Cuestionario de Autoestima de Coopersmith (1967). Los autores indican que la aplicación del taller fue exitosa, ya que tuvo una diferencia significativa, pues hubo mayor impacto en el sexo femenino, mientras que la dimensión social fue la mejor desarrollada.

### **2.3. Definiciones conceptuales y operacionales de variables**

#### **2.3.1. Variable dependiente: autoestima**

Definición conceptual: la autoestima es el juicio o evaluación que se tiene de sí mismo; la autoestima se forma a partir de las experiencias y permite a la persona enfrentarse a los desafíos, de manera que pueda respetar y defender sus derechos, intereses y necesidades.

Definición operacional: se define a la autoestima a través de los puntajes obtenidos del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

**Cuadro 2.1.***Operacionalización de la Variable Dependiente*

| <b>Variable Dependiente</b> | <b>Dimensiones</b>    | <b>Definición Operacional</b>   | <b>Ítems</b>  | <b>Máx. Ptje.</b> |
|-----------------------------|-----------------------|---|---|-------------------|
| Autoestima                  | Personal              | Capacidad de la persona para valorarse a sí mismo y realizar su autocrítica; asimismo, el reconocimiento de capacidades, limitaciones, aspiraciones y deseos de mejorar.  | 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 23, 24, 26, 29, 30, 33, 34, 37, 38, 42, 46, 47, 50, 54, 55, 56. | 26                |
|                             | Social                | Capacidad de la persona para mantener relaciones adecuadas, participar expresando sus opiniones libres de rechazo por los demás y disfrutar de las actividades sociales.  | 5, 8, 14, 20, 27, 39, 48, 51.   | 8                 |
|                             | Escolar               | Grado de satisfacción e importancia que tiene la persona por el trabajo realizado en el colegio.  | 2, 16, 22, 32, 36, 41, 45, 53   | 8                 |
|                             | Núcleo de convivencia | Grado de satisfacción del menor dentro del núcleo de convivencia; además, si se siente considerado, comprendido y respetado. Asimismo, si se siente cómodo con las concepciones que posee el núcleo de convivencia. | 6, 9, 11, 19, 21, 28, 43  | 7                 |

### **2.3.2. Variable independiente: Programa «Quiérete Mucho»**

Definición conceptual: actividades, estrategias y recursos socioeducativas dirigidos hacia el fortalecimiento de la autoestima, que permiten la guía de la monitora y el trabajo de las facilitadoras en favor a las participantes.

Definición operacional: conjunto de actividades, estrategias y recursos socioeducativas que serán evaluados a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar, y la participación en una entrevista estructurada previa y posterior a la aplicación del programa.

## **2.4. Hipótesis**

### **2.4.1. Hipótesis general**

- $H_G$ : La aplicación del programa «Quiérete Mucho» incrementa las puntuaciones obtenidas en la Autoestima Total a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

### **2.4.2. Hipótesis específicas**

- $H_1$ : La aplicación del programa «Quiérete Mucho» incrementa las puntuaciones obtenidas en la dimensión personal a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- $H_2$ : La aplicación del programa «Quiérete Mucho» incrementa las puntuaciones obtenidas en la dimensión social a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.
- $H_3$ : La aplicación del programa «Quiérete Mucho» incrementa las puntuaciones obtenidas en la dimensión escolar a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

- H<sub>4</sub>: La aplicación del programa «Quiérete Mucho» incrementa las puntuaciones obtenidas en la dimensión núcleo de convivencia a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

## **Capítulo III: Método**

### **3.1. Nivel y tipo de investigación**

Siguiendo a ALONSO, GARCÍA, LEÓN, GARCÍA, GIL & RÍOS (2012), el nivel es aplicado y de tipo experimental, ya que la investigación tiene una orientación hacia el futuro, siendo su finalidad cambiar la condición actual.

### **3.2. Diseño de la investigación**

Siguiendo a ARQUERO, BERZOSA, GARCÍA & MONGE (2009), la presente investigación reúne las condiciones para tener un diseño pre-experimental, debido a que la aplicación del programa se realiza en un único grupo, es decir, carece de un grupo control.

### **3.3. Naturaleza de la muestra**

#### **3.3.1. Población**

La población se encuentra conformada por 41 adolescentes mujeres, de entre los 11 hasta los 18 años de edad, residentes de una Casa Hogar ubicada en la Provincia Constitucional del Callao.

##### **3.3.1.1. Descripción de la población**

La Casa Hogar se encuentra en la Provincia Constitucional del Callao. Fue creada el 12 de diciembre de 2014 a raíz de la donación de la vivienda. Se encuentra bajo la responsabilidad de tres religiosas. La Casa Hogar se sostiene con el aporte de donaciones y convenios con entidades educativas como la Dirección Regional de Educación del Callao (DREC), el cual permite que exista dentro de la Casa Hogar un colegio, que se encuentra monitoreado por profesores del organismo para las menores residentes, de manera que se promueva su desarrollo escolar. A ello se suma el hecho de que cuentan con el apoyo de creyentes de la

Iglesia Católica y familiares de las adolescentes, quienes realizan un apoyo simbólico, según el alcance de sus posibilidades económicas.

En la Casa Hogar se realizan actividades educativas, culturales y sociales como canto, baile, costura, fiesta de celebración de cumpleaños anual, asistencia a actividades deportivas y religiosas. Cabe resaltar que las menores tienen una entrevista personal con las religiosas, denominada «meditación», y se realiza de manera semanal a fin de que conversen sobre sus problemas e inquietudes. Esta circunstancia facilitó el diagnóstico situacional, ya que las religiosas destacan que las adolescentes tienden a culparse, a tener pensamientos de inferioridad, a manifestar inseguridad al tomar una decisión y a compararse con sus pares.

La mayoría de las menores que residen en la Casa Hogar llegan por voluntad propia o bien por voluntad de sus padres o apoderados, quienes deberán otorgar la patria potestad a la Directora de la Institución. El período mínimo de acogida es de un año. Sin embargo, los padres o apoderados podrán visitar cada fin de semana a las menores en la Casa Hogar, a condición de que se encuentren en la posibilidad de hacerlo y no hayan sido los agresores de la menor, es decir que no cuente con impedimento legal alguno.

Por otro lado, las menores llegan a la Institución debido a la derivación que realiza el Programa Integral Nacional para el Bienestar Familiar (INABIF) y el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMPV).

Las menores se encuentran internas por haber estado expuestas a problemas psicosociales de diversa índole, como pueden ser la violencia psicológica, física y/o sexual por parte de sus familiares, o por haber abandonado la casa familiar y/o el colegio, o por haber adelantado la convivencia con su

enamorado, o por consumo de drogas, o por prostitución, por pobreza y pobreza extrema. En algunos casos, también llegan como medida preventiva al tráfico de menores y pandillaje. Todos los problemas mencionados influyen de manera directa en el desarrollo emocional de las menores. Por tales motivos, en búsqueda de su bienestar integral, los padres, apoderados u organismos señalados previamente consideran conveniente internar a las menores en la Casa Hogar.

### **3.3.2. Muestra y método de muestreo**

La muestra, inicialmente, fue de 38 adolescentes; sin embargo, por el cumplimiento de criterios de exclusión se reduce a 26 participantes. Las edades de las participantes oscilan desde entre los 12 hasta los 17 años. Según PIMIENTA (2000), citado por AGUILAR (2017), el método de muestreo que se empleó es no probabilístico intencional, ya que se seleccionó a los participantes en base a los criterios de inclusión y exclusión.

### **3.3.3. Criterios de inclusión**

- Adolescentes residentes de la Casa Hogar, donde se llevó a cabo la presente investigación.
- Adolescentes mujeres entre los 12 a 17 años.
- Escolares del 1ro al 5to de secundaria matriculadas en el colegio de la Casa Hogar.

### **3.3.4. Criterios de exclusión**

- Participantes del Programa «Quiérete Mucho» que hayan faltado a cuatro o más sesiones.

- Participantes que hayan puntuado más de cuatro en la Escala de Mentiras del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

### **3.4. Instrumentos**

#### **3.4.1. Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar**

Ficha técnica del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI),  
versión escolar.

**Nombre:** Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.

**Autor/año:** Stanley Coopersmith (1967)

**Adaptado por:** Mirian Patricia Guadalupe Túpac Yupanqui.

**Año de adaptación:** 2016

**Objetivo:** Medir las actitudes valorativas hacia sí mismo.

**Estructura:** Se encuentra constituido por cuatro dimensiones: Personal, Social, Escolar y Núcleo de Convivencia, y una Escala de Mentiras que no tiene puntaje. Tiene 57 ítems con respuesta dicotómica («Sí» o «No»).

**Población:** Adolescentes mujeres (entre 12-17 años de edad) residentes de una Casa Hogar.

**Forma de administración:** Individual y colectiva.

**Duración:** 30 minutos.

**Materiales:** Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar. Lápiz. Borrador.

Se determinó adaptar el Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith (SEI) únicamente para la presente investigación, debido a no ser pertinentes al contexto y realidad en la que viven las participantes.

La adaptación se basó en la dimensión familiar, ya que las adolescentes participantes no residen con sus familiares y en muchos casos estos han sido actores de tratos indebidos hacia las menores: de esa manera se intenta prever posible afectación emocional. Por tal motivo, se denominó esta dimensión como «núcleo de convivencia», la cual se describe como la evaluación que tiene la persona de sí misma dentro de su núcleo de convivencia, además de la seguridad, la comprensión y el respeto que percibe dentro de la convivencia.

En el cuadro 3.1. se detalla las adaptaciones de los ítems correspondientes a la dimensión núcleo de convivencia.

### **Cuadro 3.1.**

*Adaptación de los ítems correspondientes a la dimensión núcleo de convivencia.*

| <b>Dimensión familiar</b>                                  | <b>Dimensión núcleo de convivencia</b>   |
|--|--|
| <b>Ítem original</b>                                       | <b>Ítem adaptado</b>   |
| En mi casa me molesto muy fácilmente.                      | En el lugar que vivo me molesto muy fácilmente.                                |
| Mis padres mayormente toman en cuenta mis sentimientos.    | Las religiosas con las que vivo mayormente toman en cuenta mis sentimientos.   |
| Mis padres esperan mucho de mí.                            | Las religiosas con las que vivo esperan mucho de mí.                           |
| Mis padres me comprenden.                                  | Las religiosas con las que vivo me comprenden                                  |
| Mayormente siento que mis padres estuvieran presionándome. | Mayormente siento que las religiosas con las que vivo estuvieran presionándome |
| Mi familia y yo nos divertimos mucho                       | Las personas con las que vivo y yo nos   |

|   |  |
|---|--|
| juntos.                                 | divertimos mucho juntos.                               |
| Nadie me presta mucha atención en casa. | Nadie me presta mucha atención en el lugar donde vivo. |

Asimismo, se determinó eliminar el ítem 16 («Muchas veces me gustaría irme de mi casa»), correspondiente a la dimensión familiar, a fin de evitar algún impacto conductual en las menores.

#### *Descripción del inventario*

El Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar (cf. anexo 4) tiene como objetivo medir las actitudes valorativas hacia sí mismo en las dimensiones: personal, social, escolar y núcleo de convivencia. Consta de 57 ítems con opción de respuesta dicotómica («Sí» o «No»), que corresponden a las cuatro dimensiones: personal, social, escolar y núcleo de convivencia, y una escala de mentiras, la cual no se puntúa; sin embargo, de tener mayor a cuatro respuestas acertadas la prueba quedará invalidada. En el cuadro 3.2. se puede apreciar los detalles.

#### **Cuadro 3.2.**

*Ítems del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.*

| <b>Dimensión</b>      | <b>Ítems</b>  | <b>Máx. Ptje.</b> |
|-----------------------|---|-------------------|
| Personal              | 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 23, 24, 26, 29, 30, 33, 34, 37, 38, 42, 46, 47, 50, 54, 55, 56. | 26                |
| Social                | 5, 8, 14, 20, 27, 39, 48, 51.   | 8                 |
| Escolar               | 2, 16, 22, 32, 36, 41, 45, 53   | 8                 |
| Núcleo de convivencia | 6, 9, 11, 19, 21, 28, 43  | 7                 |

|                    |                                 |    |
|--------------------|---------------------------------|----|
| <b>Total</b>       |                                 | 50 |
| Escala de Mentiras | 25, 31, 35, 40, 44, 49, 52, 57. | 8  |

### *Aplicación del inventario*

Para la presente investigación se aplicó en dos momentos: previo y posterior a la aplicación del Programa «Quiérete Mucho». Se optó por aplicar de modo grupal. El tiempo aproximado fue de 30 minutos.

### *Propiedades psicométricas*

#### *Validez*

- *Validez de contenido por método de juicio de expertos*

Se estableció a través de la evaluación de cuatro psicólogos que cuentan con el grado de maestros y/o doctores expertos en el campo. Para establecer el análisis se empleó el coeficiente de W. de Kendall, teniendo una significancia de 0.19, es decir, los jueces no tienen discrepancias significativas, concordaron que existe validez de contenido estadístico, ya que fue superior a 0.05.

- *Validez semántica*

Se estableció el nivel de concordancia de nueve psicólogos y una profesora, quienes trabajan con adolescentes, a través del coeficiente de V. de Aiken (cf. anexo 5).

Jueces: Dra. Estela Montenegro, Dr. Giancarlo Ojeda, Dr. Enrique Vera, Mg. Graciela Noriega, Mg. Elena Saenz, Mg. Rossana Choy, Mg. Erika Saldarriaga, Mg. Ricardo Gálvez, y Lic. Carolina Vidangos.

Seguido a ello, se aplicó el Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar, a cinco estudiantes mujeres de una institución

educativa nacional matriculadas en cuarto de secundaria, a fin de conocer si tenían dudas respecto a los ítems. Las adolescentes desarrollaron la prueba con normalidad. Por tal motivo, no se realizan cambios de tipo semántico en los ítems.

#### *Confiabilidad*

- *Confiabilidad de consistencia interna*

Se realizó la confiabilidad de consistencia interna a través de los puntajes obtenidos en el pre-test de la presente investigación. Se empleó el coeficiente de Kuder-Richardson, el cual determinó que existe una correlación alta de 0.75, lo que permite aplicar la prueba a toda la muestra con normalidad.

#### **3.4.2. Programa «Quiérete Mucho»**

Ficha técnica del Programa «Quiérete Mucho»

**Nombre original:** «Quiérete Mucho»

**Autor:** Mirian Patricia Guadalupe Túpac Yupanqui.

**Año:** 2016.

**Objetivo:** Fortalecer la autoestima.

**Estructura:** Programa conformado por seis sesiones.

**Población:** Adolescentes mujeres (12-17 años) residentes de una Casa Hogar.

**Forma de administración:** Colectiva.

**Duración:** Un mes y medio.

**Materiales:** Matriz final del Programa «Quiérete Mucho» (anexo 03).

#### *Descripción*

El Programa «Quiérete Mucho» tuvo como objetivo fortalecer la autoestima de las participantes. Se diseñó para ser aplicado en seis sesiones de dos horas con una frecuencia de dos veces por semana. Fue dirigido por una monitora y apoyado por tres facilitadoras.

## *Propiedades psicométricas*

### *Validez*

- *Validez de contenido por método de juicio de expertos*

Se solicitó a nueve psicólogos, expertos en diseño y aplicación de programas preventivos-promocionales dirigidos a adolescentes, evaluar las matrices de las sesiones. Se estableció el nivel de concordancia a través del coeficiente de V. de Aiken, teniendo como resultado (cf. anexo 1) significancia en la mayoría de actividades, excepto en la número 1 y número 5 de la sesión I; número 4 de la sesión II; números 2 y 3 de la sesión IV; y número 3 de la sesión VI. Por lo que se modificó la actividad siguiendo las recomendaciones de los profesionales. En el anexo 2 se puede apreciar el diseño inicial del Programa «Quiérete Mucho» y en el anexo 3, en cambio, el diseño final.

Jueces: Dra. Estela Montenegro, Dr. Enrique Vera, Mg. Graciela Noriega, Mg. Elena Saenz, Mg. Liseth Paulett, Mg. Erika Saldarriaga, Mg. Ricardo Gálvez, Mg. Cecilia Castro y Lic. Inés Maldonado.

### **3.4.3. Entrevista estructurada para la evaluación del programa «Quiérete Mucho»**

Ficha técnica de la entrevista estructurada para la evaluación del programa «Quiérete Mucho»

**Nombre original:** Entrevista estructurada para la evaluación del programa «Quiérete Mucho».

**Autor:** Mirian Patricia Guadalupe Túpac Yupanqui.

**Año:** 2016

**Objetivo:** Conocer los efectos del Programa «Quiérete Mucho» en la autoestima de las participantes.

**Estructura:** Conformado por ocho preguntas, las cuales responden a las dimensiones personal, social, escolar y núcleo de convivencia.

**Población:** Adolescentes mujeres (12-17 años) residentes de una Casa Hogar.

**Forma de administración:** Individual.

**Duración:** 30 minutos.

**Materiales:** Entrevista estructurada (Anexo 6). Lapicero.

Se realizó una entrevista estructurada (cf. anexo 6) previa y posterior a la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» a cada una de las participantes, con el objetivo de profundizar los posibles cambios que presenten. La duración aproximada fue de 20 minutos por cada una y fue realizado únicamente por la monitora del programa «Quiérete Mucho».

La estructura de la entrevista tiene tres partes: datos generales, preguntas y observaciones.

Las preguntas concuerdan con las dimensiones del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar, las cuales son personal, social, escolar y núcleo de convivencia. En el cuadro 3.3. se expone de manera detallada.

### **Cuadro 3.3.**

#### *Preguntas de la entrevista estructurada.*

| <b>Dimensión</b>   | <b>Preguntas</b>  |
|--------------------|---|
| Dimensión Personal | 1. ¿Cuál es la fortaleza con la que más te identificas?<br>7. ¿Cómo te sientes siendo la persona que eres?<br>8. En 15 años, ¿Qué te haría sentir satisfecha con tu vida? |

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| Dimensión Social                | 3. ¿Qué sueles hacer ante un problema?<br>6. ¿Disfrutas de las actividades que realizas en la Casa Hogar?                    |
| Dimensión Escolar               | 2. ¿Cuáles son tus proyectos académicos superiores (luego de salir de la Casa Hogar)?  |
| Dimensión Núcleo de convivencia | 4. ¿Cómo es tu relación con las compañeras de la Casa Hogar?<br>5. ¿Cómo es tu relación con las religiosas de la Casa Hogar? |

### 3.5. Procedimiento

En el cuadro 3.4. se expresa detalladamente los procedimientos que se siguió en la presente investigación.

#### Cuadro 3.4.

##### *Procedimientos.*

| Nº | Actividad   |
|----|---|
| 1  | Presentación del proyecto para la aprobación del Comité de Ética e inscripción en la Facultad de Psicología «Leopoldo Chiappo Galli». |
| 2  | Coordinación de aplicación del programa «Quiérete Mucho» Directora de la Casa Hogar.  |
| 3  | Realización de entrevista estructurada a las participantes.   |
| 4  | Pre-test: Aplicación del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.                                |
| 5  | Aplicación del Programa «Quiérete Mucho».   |
| 6  | Post-test: Aplicación del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.                               |
| 7  | Realización de entrevista estructurada a las participantes.   |
| 8  | Procesamiento de datos.   |

|    |   |
|----|---|
| 9  | Análisis y discusión de datos.                                |
| 10 | Redacción de primera versión del informe.                     |
| 11 | Revisión de primera versión del informe por parte del asesor. |
| 12 | Redacción de versión final del informe.                       |
| 13 | Sustentación de Tesis.  |

### 3.5.1. Consideraciones éticas

- La participación de las adolescentes en la investigación estuvo sujeta al consentimiento (anexo 7) y asentimiento informado (anexo 8) del apoderado y menor, respectivamente. Asimismo, tuvieron la libertad de retirarse del estudio sin ningún tipo de perjuicio.
- Debido a que son adolescentes que no viven con sus padres, se realizó una adaptación del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith (SEI), versión escolar, la cual se basa en la dimensión familiar. De esta manera se evita alguna posible afectación emocional.
- En favor del bienestar de las participantes, se brindó estrategias para potenciar su desarrollo personal. Cabe resaltar que se aplicó el Programa «Quiérete Mucho» a todas las adolescentes de la Casa Hogar que se pudieran beneficiar.
- La información recogida por esta investigación será manejada con rigurosa confidencialidad por los investigadores y el Comité de Ética. En caso sea publicada en alguna revista científica, los datos de los menores no serán expuestos.
- Al participar en la investigación no se prevé ningún tipo

- de riesgo. No tiene costo ni tampoco existe un incentivo económico como retribución. Solo se requirió la disponibilidad de tiempo de las adolescentes.

### **3.6. Plan de análisis de datos**

Los datos obtenidos a través del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar, fueron almacenados en una hoja de cálculo.

Seguido a ello, se empleó un software especializado a fin de comprobar si provienen de una distribución normal, a través del coeficiente de Kolgomorov-Smirnov.

Se empleó el coeficiente no paramétrico W. Wilcoxon, debido a que no cumplía con el supuesto de normalidad que requería la prueba paramétrica T de Student. Además, se empleó los gráficos de cajas y bigotes y, asimismo, se determinó las puntuaciones de las medianas.

Respecto a los resultados cualitativos obtenidos de la entrevista estructurada, se almacenaron en una hoja de cálculo para luego ser analizados y presentados en gráficos.

## Capítulo IV: Resultados

Los resultados cuantitativos se realizaron a partir de las puntuaciones obtenidas de 26 participantes en el Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar, debido a que 12 sujetos cumplieron con los criterios de eliminación.

En base a la prueba de Kolgomorov-Smirnov (cf. anexo 9), se empleó el coeficiente no paramétrico W. Wilcoxon, ya que no cumple con el supuesto de normalidad.

### **4.1. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la Autoestima Total a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.**

A fin de comparar las puntuaciones, se emplea el coeficiente no paramétrico Wilcoxon, teniendo en cuenta que si el p-valor  $< 0.05$ , se puede afirmar que los cambios fueron significativos.

En la tabla 4.1. se observa que el cambio producido en la Autoestima Total, luego de aplicar el Programa «Quiérete Mucho», fue significativo ( $p=0.02$ ). Asimismo, previo a la aplicación del Programa se obtuvo una mediana de 28.5, mientras que posterior a la misma, alcanzó una mediana de 31, es decir, se evidencia un incremento (véase gráfico 4.1.).

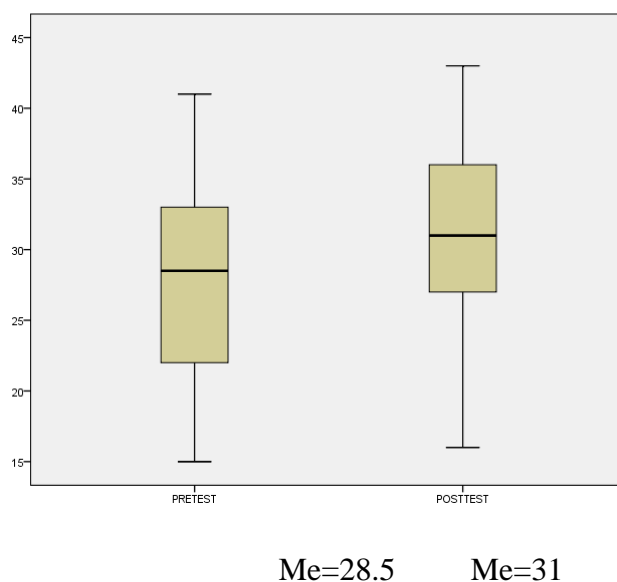
**Tabla 4.1.**

*Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la Autoestima Total.*

| <b>Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon</b> |       |
|---|-------|
| <b>Z</b>  | -2,36 |
| <b>p-valor</b>                                    | ,02   |

**Gráfico 4.1.**

*Variación de las puntuaciones de la Autoestima Total.*



**4.2. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la dimensión personal a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.**

Respecto a los resultados obtenidos en la dimensión personal, se puede decir que el cambio producido luego de aplicar el Programa fue significativo

( $p=0.02$ ) (cf. tabla 4.2.). Previo a la aplicación del Programa alcanzó una mediana de 13.5. En cambio, posterior a la misma, una mediana de 15, lo que revela que se incrementaron las puntuaciones (véase el gráfico 4.2.).

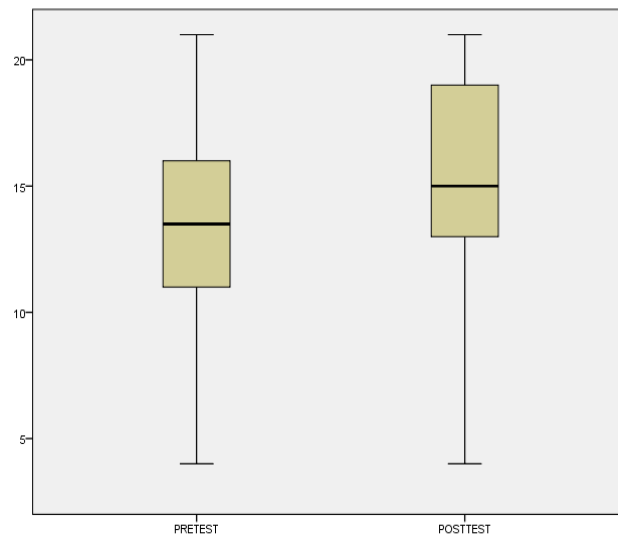
**Tabla 4.2.**

*Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la dimensión personal.*

| <b>Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon</b> |      |
|---|------|
| <b>Z</b>  | -2.8 |
| <b>p-valor</b>                                    | ,02  |

**Gráfico 4.2.**

*Variación de las puntuaciones obtenidas en la dimensión personal.*



Me=13.5

Me=15

**4.3. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la dimensión social a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.**

Luego de la aplicación del Programa, las puntuaciones de la dimensión social revelaron que existe un cambio significativo ( $p=0.02$ ) (cf. tabla 4.3.). Se pone en evidencia (gráfico 4.3.) que la mediana previa (5) y la mediana posterior (6) a la implementación se diferenciaron en 1 punto.

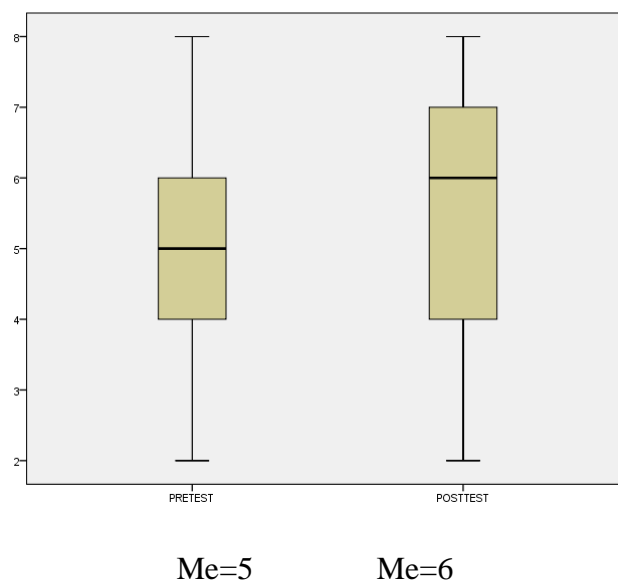
**Tabla 4.3.**

*Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la dimensión social.*

| <b>Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon</b> |       |
|---|-------|
| <b>Z</b>  | -2,68 |
| <b>p-valor</b>                                    | ,01   |

**Gráfico 4.3.**

*Variación de las puntuaciones obtenidas de la dimensión social.*



**4.4. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la dimensión escolar a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.**

En cuanto a la dimensión escolar, se puede indicar que el cambio no fue significativo ( $p=0.27$ ) (cf. tabla 4.4.). Sin embargo, existió un incremento de 0.5 en las medianas alcanzadas antes (5.5) y después (6) de la aplicación del Programa (véase el gráfico 4.4.).

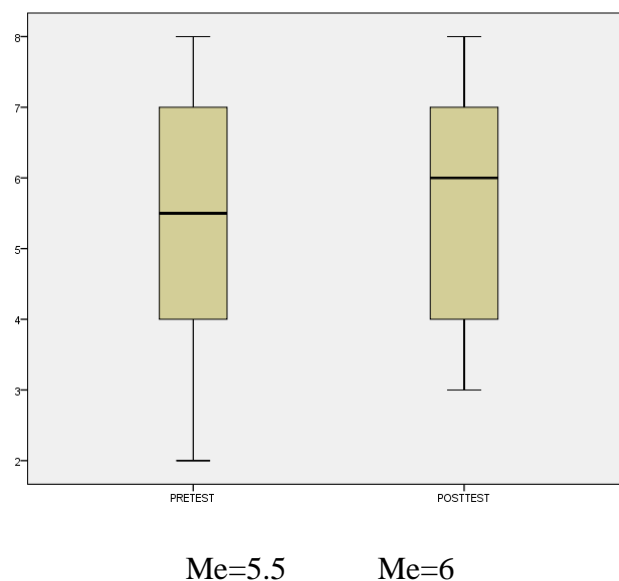
**Tabla 4.4.**

*Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la dimensión escolar.*

| <b>Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon</b> |       |
|---|-------|
| <b>Z</b>  | -1.10 |
| <b>p-valor</b>                                    | ,27   |

**Gráfico 4.4.**

*Variación de las puntuaciones obtenidas de la dimensión escolar.*



**4.5. Comparación de las puntuaciones alcanzadas antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» obtenidas en la dimensión núcleo de convivencia a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar.**

Las puntuaciones alcanzadas en la dimensión núcleo de convivencia, revelaron que no existió un cambio significativo ( $p=0.6$ ) (véase la tabla 4.5.). Se puede mencionar que la mediana previa (5) y posterior (5) a la aplicación del Programa se mantiene.

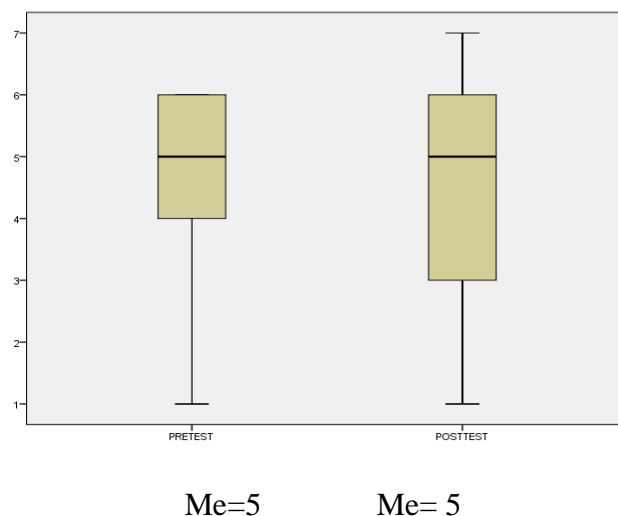
**Tabla 4.5.**

*Resultado de Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon en la dimensión núcleo de convivencia.*

| <b>Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon</b> |      |
|---|------|
| <b>Z</b>  | -,52 |
| <b>p-valor</b>                                    | ,60  |

**Gráfico 4.5.**

*Variación de las puntuaciones obtenidas en la dimensión de núcleo de convivencia.*



## Capítulo V: Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo general conocer el efecto del Programa «Quiérete Mucho» en la autoestima de adolescentes mujeres residentes de una Casa Hogar del Callao. La comparación de las puntuaciones (pre y post test) en la dimensión autoestima total reveló que el puntaje posterior incrementó en relación al previo; asimismo, se comprobó que existió un cambio significativo, es decir: la aplicación del programa fue exitosa en el grupo de participantes. Este resultado nos permite entender que el programa ha contribuido a que la seguridad y confianza de las participantes en sí mismas haya incrementado (cf. COOPERSMITH, 1967). Los presentes resultados se justifican en que en la totalidad de actividades programadas en el Programa “Quiérete Mucho” han activado sensaciones de confianza, valoración y respeto en cada una de las participantes. Así como, la identificación de sus propósitos para seguir mejorando; mientras, siguen separadas de su familia. Por otro lado, generó la participación asertiva de las adolescentes, permitiendo mayor integración en el grupo. Todas estas consecuencias han permitido mejorar la autoestima de las menores participantes (Branden, 1994; Coopersmith, 1967; Wardetzski, 2013; Moreno, 2013 & Boeree, 2012).

CALLO (2017) obtuvo similar resultado al nuestro, ya que en su programa «Medita, Céntrate, Fluye» se evidencia un cambio significativo. El objetivo de su programa fue elevar la autoestima de adolescentes de nivel secundario con problemas de conducta en Arequipa, Perú. Para conocer el efecto de su programa empleó el Cuestionario de Autoestima Coopersmith, el cual aplicó previo y posterior a la participación de las adolescentes pertenecientes al grupo

experimental y grupo control. «Medita, Céntrate, Fluye» es un programa de 10 sesiones. Los resultados reflejan que el grupo experimental incrementó los niveles de autoestima, a diferencia del grupo control, que solo se mantuvieron. Se puede entender que la razón por la que existió este resultado se debe a la aplicación del programa «Medita, Céntrate, Fluye» en el grupo experimental; asimismo, a los puntajes obtenidos previo a la aplicación del programa en el grupo experimental (50% de participantes se encontraban en nivel promedio de autoestima).

Los resultados que expone Sungur (2015) son similares a los nuestros, ya que evidenció un cambio significativo en su programa de capacitación en línea, a fin de mejorar la autoestima en universitarios de Estambul, para lo cual los dividió en un grupo control y un grupo experimental. El Cuestionario de Autoestima de Rosenberg fue empleado para evaluar los efectos en la autoestima de los participantes, revelando que existió un aumento en los niveles de autoestima de los universitarios. SUGUR (2015), precisa que la taxonomía Bloom de seis etapas empleadas en este estudio es responsable que el participante sea consciente de sí mismo y de sus problemas, que proponga posibles soluciones, se enfoque en los aspectos positivos e incremente su motivación interna. Por su parte, GONZÁLES & GIMENO (2013) pusieron en evidencia un incremento en el nivel de la autoestima del grupo experimental, luego de aplicar y evaluar el programa de autoestima PIAM-RS. GONZÁLES & GIMENO (2013) explica que los resultados de su investigación se deben, probablemente, a que la acumulación de factores de riesgo aumente la resistencia de cambio.

Se plantearon cuatro objetivos específicos que van de la mano con las dimensiones de la Adaptación del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith

(SEI), versión escolar. A continuación se discutirá los principales hallazgos de cada una de las dimensiones.

Respecto a la dimensión personal (objetivo específico I), encontramos que se dio un cambio significativo en las adolescentes. Por tanto, el Programa «Quiérete Mucho» ha cooperado en que las participantes tengan una mejor evaluación, respeto y confianza de sí mismas en cuanto a su imagen corporal y toma de decisiones (cf. SPARISCI, 2013). Debido a que las actividades realizadas (véase Anexo 3) enfocadas en la dimensión personal, permitieron identificar las características personales que ellas conocen y valoran de sí mismas; asimismo, las que sus compañeras resaltan de ellas, generándose un estado de reflexión y autovaloración; además de, emociones de alegría al ser conscientes que sus compañeras reconocen sus cualidades, que en algunos casos ellas mismas no conocían. Branden (1994) refiere que la práctica de vivir consciente de nuestros valores y la aceptación de sí mismo, permite promover la autoestima.

Las investigaciones que presentan RAMÍREZ (2007) y SALAZAR & URIEGAS (2006) tienen resultados similares, ya que aumentan las puntuaciones de los niños en la dimensión personal obtenidos a través del Inventario de Autoestima de Coopersmith, luego de aplicar su programa de intervención enfocado en el fortalecimiento de la autoestima. Se puede creer que, probablemente el éxito de sus programas se deba al uso de una teoría de autoestima, la cual sirve como guía para desarrollar sus programas.

En cuanto a la dimensión social (objetivo específico II), el presente estudio reveló que existe un cambio significativo luego de aplicar el Programa «Quiérete Mucho» en las menores. Eso quiere decir que las adolescentes tienen una

actividad positiva sobre su participación en actividades donde requieran trabajo grupal e interaccionar de manera activa y asertivamente, estableciendo relaciones de manera saludable. Sin embargo, es importante mencionar que en la adolescencia son común las discusiones entre pares, las cuales pueden contener ofensas para los involucrados. Mientras más fortalecidas esté su autoestima, según WARDETZKI (2013), menos tendencia habrá a tomar de manera personal los mensajes malintencionados y las adolescentes tendrán una actitud positiva frente al problema.

Considero que la razón por la cual se logra este resultado fue porque se realizaron sesiones grupales (véase Anexo 3) en las cuales se incentivó el trabajo en equipo. En la mayoría de casos, se llegaba a un acuerdo; sin embargo, cuando existía una discusión había participantes que actuaban como mediadoras, permitiendo la opinión asertiva de todas las integrantes del equipo, generándose una interacción saludable entre las participantes y deseo de continuar con las demás actividades programadas. Según Wardetzki (2013), la satisfacción de sentirnos respetados, valorados, queridos e involucrado en actividades afianza la autoestima.

También encontramos que los resultados de la investigación experimental realizada por CARBAJAL, HINOSTROZA & LLANOS (2015) se asemejan a los nuestros, debido a que luego de aplicar su programa «Me acepto como soy» se puso en evidencia un cambio favorable en la dimensión social en el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Cabe resaltar que los participantes de este estudio fueron un grupo de estudiantes del quinto grado de Huánuco. CARBAJAL,

HINOSTROZA & LLANOS (2015), refieren que el éxito de su programa se debió a que el programa fue diseñado en base a las necesidades de los participantes.

Las religiosas a cargo de la Casa Hogar tienen programadas semanalmente, entre sus actividades, entrevistas personales con cada una de las residentes, lo cual nos podría dar a entender que consideran importante el desarrollo personal y espiritual de cada persona. Sin embargo, es necesario que consideren las recomendaciones que brindan UNICEF & RELAF (2016) sobre la marcoinstitución, a fin de brindar un mayor bienestar a las adolescentes (véase en el marco teórico).

Cabe resaltar que se realizó, adicionalmente, una entrevista estructurada (cf. anexo 6) previo y posterior a la aplicación del Programa, como material de apoyo, con el propósito de conocer la percepción de las menores y, por criterio ético, brindarles una atención individualizada y personalizada, lo que permite contrarrestar las posibles afectaciones que tiene un adolescente que reside en un ambiente institucionalizado (Unicef & Relaf, 2016). Los resultados se pueden observar en el anexo 11.

Los resultados de la dimensión escolar (objetivo específico III) revelan que no hubo un cambio significativo en las adolescentes luego de participar en el Programa «Quiérete Mucho». Sin embargo, existe un incremento (0.5) en la mediana del post-test a comparación del pre-test. Por tanto, se puede decir que las adolescentes mantienen la misma percepción alta sobre los estudios y, asimismo, que se mostraron interesadas en las sesiones relacionadas a la dimensión. Los presentes resultados se deben a que las actividades programadas (véase Anexo 3) permitieron incentivar la perseverancia y oportunidad de estudios. Sin embargo,

hubiera sido recomendable que los profesores de las adolescentes residentes de la Casa Hogar también hubiesen participado en el Programa. De esa manera se podría contemplar un mejor resultado en la dimensión escolar.

El MINISTERIO DE EDUCACIÓN DEL PERÚ (2017) refiere que fortalecer la autoestima de los escolares también es responsabilidad del docente. En esa línea, CRUZ (2017) expone como resultado de su investigación que existe relación significativa entre, por un lado, el nivel de autoestima de los profesores de educación de la Universidad Autónoma de Ica y, por otro, su calidad como profesionales. Estando también en concordancia con los estudios presentados por SMOLL, SMITH, BARNETT & EVERETT (1993), COATSWORTH & CONROY (2005) refieren que mejorar el comportamiento psicosocial de los entrenadores permitirá un mejor desenvolvimiento con sus deportistas, incrementando el nivel de autoestima de los alumnos.

En contraste a nuestro estudio VALDÉS (2001), diseñó, aplicó y evaluó un programa de autoestima en escolares. Además, aplicó el Inventario de Autoestima de Coopersmith previo y posterior al programa. Su resultado fue un cambio significativo en la dimensión escolar. VALDÉS (2001) explica que la razón por la cual tuvo éxito en esta dimensión fue la activa participación de los docentes, a través de encuestas, entrevista y una autoevaluación.

El estudio que realizaron CAVA & MUSITU (1999) al diseñar, aplicar y evaluar el programa de autoestima titulado «Galatea», en el cual participaron alumnos y profesores, arrojó resultados que revelaron que disminuyó el número de rechazos, una mejora en la percepción profesor-alumno y un incremento de autoestima en los menores.

Respecto a la dimensión de núcleo de convivencia (objetivo específico IV), se menciona que no existió un cambio significativo luego de aplicar el programa. Gracias a la comparación de medianas del pre-test y post-test, se revela que las puntuaciones se mantienen. Por lo que se puede decir que las adolescentes presentan actitud y evaluación estable frente a su núcleo de convivencia, que se encuentra conformado por las residentes y religiosas de la Casa Hogar. Las actividades desarrolladas en el Programa Quiérete Mucho (véase Anexo 3) permitieron una interacción adecuada entre las residentes de la Casa Hogar, afianzándose las relaciones de “hermanas” que se predicen a diario. A su vez, hubiera sido importante que las religiosas, por ser sus apoderadas legales y ser las principales cuidadoras de las menores, participen en la aplicación del programa, a fin de obtener un mejor resultado en la dimensión núcleo de convivencia.

A diferencia de la presente investigación, VALDÉS (2001) consideró la participación de los padres de familia en el programa de autoestima que diseñó, implementó y evaluó. Se evidencia un cambio significativo en la dimensión familiar. VALDÉS (2001) explica que los padres de familia son pieza clave para desarrollar la autoestima por pertenecer al primer grupo social del individuo.

Según PEIXOTO (2004), citado por VARGAS (2014), la familia es medular para el desarrollo de la autoestima del hijo o la hija: mientras más positiva se distinga la relación familiar, la autoestima del menor se inclina a ser más fuerte. Asimismo, VARGAS (2014) expone, en base a diversos autores, que la aceptación y el apoyo incondicional (cf. MARTÍNEZ, MURGUI, MUSITU & MONREAL, 2008), la comunicación fluida y emocionalmente positiva (cf. CAVA, MISITU & MURGUI, 2006) y el control equilibrado (cf. MARTÍNEZ & GARCÍA, 2007; MILEVSKY,

SCHLECHLER & NETTER, 2007) de los padres hacia los hijos serán fundamentales para el desarrollo de la autoestima. En caso de que exista algún problema en estos aspectos, es probable que se intensifique la vulnerabilidad psicológica del menor. Sumado a ello, GUTIÉRREZ, CAMACHO & MARTÍNEZ (2007) refieren que la disfuncionalidad familiar representa un factor de riesgo para un rendimiento escolar bajo.

## Capítulo VI: Conclusiones

- La aplicación del Programa «Quiérete Mucho» permitió el incremento de la Autoestima Total en un grupo de adolescentes mujeres de una Casa Hogar del Callao, con un  $p=0.02$ , evidenciándose un cambio significativo y aceptando la hipótesis general.
- El Programa «Quiérete Mucho» incrementó las puntuaciones de las dimensiones personal, social y escolar pertenecientes al Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith adaptado, versión escolar; aceptando las hipótesis específicas.
- Se evidenció que el Programa «Quiérete Mucho» mantuvo las puntuaciones obtenidas de la dimensión núcleo de convivencia, de manera que se rechaza la hipótesis específica relacionada a esta dimensión.

## **Recomendaciones**

- Seguir fortaleciendo la autoestima de las menores evaluadas a través de su participación en programas, consejería personal y/o intervención terapéutica, según corresponda el caso.
- Fomentar la participación de los profesores, religiosas responsables y padres de familia en futuros programas de autoestima, a fin de contribuir con el desarrollo personal de las menores.
- Incrementar la muestra para aplicar el Programa «Quiérete Mucho», de manera que se pueda generalizar los resultados.
- Aplicar el Programa «Quiérete Mucho» a otros grupos de adolescentes que requieran del fortalecimiento de la autoestima.

## Referencias bibliográficas

- ACOSTA, R., & J. HERNÁNDEZ. (2004). «La autoestima en la educación». *Límite 1*(11): 82-95. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83601104>
- AGUILAR, B. (2017) *Efectos del programa «Yo creo en mí» sobre la percepción de autoeficacia general en madres de niños diagnosticados con trastorno de la actividad y de la atención en una clínica de Lima Metropolitana en el año 2016*. Tesis de pregrado. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- ALONSO, A., GARCÍA, L., LEÓN, I., GARCÍA, E., GIL, B., & L. RÍOS. (2012). *Métodos de investigación de enfoque experimental*. Recuperado el 29 de octubre de 2016, de: <<http://www.postgradoune.edu.pe/documentos/Experimental.pdf>>.
- AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. (2010). *Publication manual of the American Psychological Association*. 6<sup>th</sup> ed. Washington DC: APA. Recuperado de <http://www.apastyle.org/manual/>
- ARQUERO, B., BERZOSA, A., GARCÍA, N. & M. MONGE. (2009). *Investigación experimental: métodos de investigación educativa*. Recuperado el 29 de octubre de 2016, de: <[http://uam.es/personal\\_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Experimental\\_doc.pdf](http://uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Experimental_doc.pdf)>.
- BOEREE, G. (2006). *Teorías de la personalidad*. Recuperado el 25 de marzo de 2017 del sitio Web de la *Biblioteca* del Instituto de Estudios Superiores del

Istmo de Tehuantepec:

<http://biblioteca.iesit.edu.mx/biblioteca/L00932.PDF>

BRANDEN, N. (1994). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.

Recuperado de

<https://books.google.com.pe/books?id=MfhI44CDPMMC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

CALLO, M. L. (2017). *Efectos del programa Medita, Céntrate, Fluye «M.C.F.» en la autoestima de adolescentes*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín:

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/2954/PSMcafeml.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

CARBAJAL, S. H., HINOSTROZA, Y., & S. A. LLANOS. (2015). *Efectos del programa «Me acepto como soy» en la autoestima en alumnos del nivel primario de una I.E.E. de Amarilis-2013*. Huánuco, Perú: Universidad

Nacional Hermilio Valdizán:

<http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/UNHEVAL/777/TPS%2000181%20C29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

CAVA, M., & G. MUSITU. (1999). «Evaluación de un programa de intervención para la potenciación de la autoestima». *Psychosocial Intervention*, 8(3):

369-383. Recuperado de [http://www.psychosocial-](http://www.psychosocial-intervention.org/en/menores-situacion-riesgo-social-valoracion/articulo/S1132055913700012/#.WgNIGnWCwgk)

[intervention.org/en/menores-situacion-riesgo-social-](http://www.psychosocial-intervention.org/en/menores-situacion-riesgo-social-valoracion/articulo/S1132055913700012/#.WgNIGnWCwgk)

[valoracion/articulo/S1132055913700012/#.WgNIGnWCwgk](http://www.psychosocial-intervention.org/en/menores-situacion-riesgo-social-valoracion/articulo/S1132055913700012/#.WgNIGnWCwgk)

COATSWORTH, J. D., & D. E. CONROY. (2006). “Enhancing the self-esteem of youth swimmers through coach training: gender and age

effects.” *Psychology of Sport and Exercise* 7(2): 172-193. Recuperado el 5 de noviembre de 2017 de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029205000695#!>

CRUZ CHUNGA, C. B. (2017). *Autoestima y nivel de desempeño docente de la Universidad Autónoma de Ica*. Tesis de Maestría en Investigación y Docencia Universitaria. Chincha: Escuela de Post Grado, Universidad Autónoma de Ica: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/144/1/CARLOS%20BIENVENIDO%20CRUZ%20CHUNGA-AUTOESTIMA%20Y%20NIVEL%20DE%20DESEMPENO%20DOCENTE.pdf>

DEFENSORÍA DEL PUEBLO. (2008). *Salud mental y derechos humanos: supervisión de la política pública, la calidad de los servicios y la atención a poblaciones vulnerables*. Informe Defensorial N° 140. Lima: Defensoría del Pueblo. Recuperado el 27 de mayo de 2017, de [http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud\\_mental\\_documentos/16\\_informe\\_defensorial\\_140.pdf](http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/16_informe_defensorial_140.pdf)

GIANINO, L. (2012). «La resiliencia en niños institucionalizados y no institucionalizados». *Avances en Psicología* 20(2): 79-90. Lima: Unifé: [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2012/3/6\\_avances\\_lgiannino\\_8.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2012/3/6_avances_lgiannino_8.pdf)

GONZÁLEZ-ARRATIA, N. (2001) *La autoestima. Medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser*. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de

<https://books.google.com.pe/books?id=iYPB8K-T14gC&pg=PA25&dq=teoria+autoestima+de+maslow&hl=es&sa=X&ved=0CCUQ6AEwAmoVChMI3JikycmDyAIVhl4eCh0BFwYy#v=onepage&q&f=false>

GONZÁLEZ, F., & A. GIMENO. (2013). «Menores en situación de riesgo social: Valoración de un programa para la mejora de la autoestima». *Psychosocial Intervention* 22(1): 1-5. Recuperado de <http://psychosocial-intervention.elsevier.es/es/menores-situacion-riesgo-social-valoracion/articulo/S1132055913700012/#.WgNiKHWcwgk>

GRAJEDA, A., TITO, M., & T. FLORES. (2002). *Autoestima: en la escuela y el hogar*. Lima: s.d.

GUTIÉRREZ, P., CAMACHO, N., & M. MARTÍNEZ. (2007). «Autoestima, funcionalidad familiar y rendimiento escolar en adolescentes». *Atención Primaria* 39(11): 597-601.

KRAUSKOPF, D. (2011). *Etapas del desarrollo psicosocial en la adolescencia*. Recuperado el 25 de setiembre de 2016. [5 p.] Disponible en: <<http://adolescencia.sochipe.cl/subidos/catalogo3/ETAPAS%20DESARROLLO%20PSICOSOCIAL%20ADOLESCENCIA.pdf>>.

MADDALENO, M., MORELLO, P., & F. INFANTE-ESPÍNOLA. (2003). «Salud y desarrollo de adolescentes y jóvenes en Latinoamérica y El Caribe: desafíos para la próxima década». *Salud Pública de México* 45(1): 132-139. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10609517>

- MARTÍNEZ, A. (2013). *Autoestima-te. Proyecto para trabajar la autoestima en mujeres víctimas de violencia de género*. Trabajo final. Master en igualdad de género en el ámbito público y privado. Alicante: Universidad Miguel Hernández de Elche: [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/117747/TFM\\_2013\\_MartinezGozaloAI.pdf?sequence=1](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/117747/TFM_2013_MartinezGozaloAI.pdf?sequence=1)
- MINEDU-MINISTERIO DE EDUCACIÓN DEL PERÚ. (2017). *Guía de tutoría. Sexto grado. Educación Primaria*. Lima: Minedu. Disponible en: <<http://tutoria.minedu.gob.pe/as-sets/g00967-minedu-guia-tutoria-6.pdf>>.
- MONTT, M., & F. ULLOA. (1996). «Autoestima y salud mental en los adolescentes». *Salud Mental* 19(3): 30-35. Recuperado de <http://www.korocantabrana.com/wp-content/uploads/2015/05/Adolescentes-y-Autoestima.pdf>
- MORENO, N. (2013). «Familias cambiantes, paternidad en crisis». *Psicología desde El Caribe* 30(1): 177-209. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600009>
- OMS-ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. (2013). *10 datos sobre la salud mental*. Recuperado el 31 de octubre de 2017. Disponible en: <[http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/mental\\_health\\_facts/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/mental_health_facts/es/)>.
- PAPALIA, D., WENDKOS, S., & R. DUSKIN. (2009). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. 11a ed. México: Mc Graw-Hill.
- PEDREIRA, J., & L. ÁLVAREZ. (2000). «Desarrollo psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada». *Documentación Social* 120: 69-

89. Recuperado el 20 de noviembre de 2016, de <http://www.caritas.es/imagesrepository/CapitulosPublicaciones/570/04%20BASES%20PARA%20UNA%20COMPRESI%C3%93N%20ACTUALIZADA%20DS0120.pdf>

RAMÍREZ, E. (2007). *Efecto de un programa de intervención en el fortalecimiento de la autoestima en escolares*. Tesis de pregrado. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia.

RANERO, M. (2014). *Propuesta de programa cognitivo conductual de autoestima para niños de 7 a 10 años víctimas de maltrato intrafamiliar*. Guatemala de La Asunción: Universidad Rafael Landívar: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/42/Ranero-Maria.pdf>

RIVEROS, E. (2014). «La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia». *Ajayu* 12(2): 135-186.

SALAZAR, D. & M. URIEGAS. (2006). *Autoestima desde un enfoque humanista: diseño y aplicación de un programa de intervención*. Tesis de pregrado. México: Universidad Pedagógica Nacional: <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/v12n2/v12n2a01.pdf>

SALAZAR, S. (2010). *Violencia intrafamiliar y autoestima en los estudiantes del octavo año de educación básica del colegio experimental «Bernardo Valdivieso» Loja. Octubre 2009-Febrero 2010*. Loja, Ecuador: Universidad Nacional de Loja.

- SÁNCHEZ, A., & S. MENDOZA. (2011). *La autoestima en un grupo de niñas de casa hogar en la ciudad de México*. Tesis de pregrado. México: Universidad Pedagógica Nacional: <http://200.23.113.51/pdf/23181.pdf>
- SMOLL, F., SMITH, R., BARNETT, N., & J. EVERETT. (1993). "Enhancement of children's self-esteem through social support training for youth sport coaches." *Journal of Applied Psychology* 78(4):602-610. Recuperado el 1 de noviembre de 2017 de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8407704#>
- SPARISCI, V. (2013). *Representación de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales de automóviles*. Argentina: Universidad Abierta Interamericana: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC113919.pdf>
- SUNGUR, G. (2015). "The effect of online self-esteem and awareness training program on university students." *Procedia: Social and Behavioral Sciences* 197: 476-481. Recuperado de [https://ac.els-cdn.com/S1877042815041725/1-s2.0-S1877042815041725-main.pdf?\\_tid=2831d492-f4a7-11e7-afc2-00000aab0f01&acdnat=1515438623\\_c952a8dba82c4745f7ed7395912b10](https://ac.els-cdn.com/S1877042815041725/1-s2.0-S1877042815041725-main.pdf?_tid=2831d492-f4a7-11e7-afc2-00000aab0f01&acdnat=1515438623_c952a8dba82c4745f7ed7395912b10)
- 41
- TISCAR, J. (2014). *La autoestima: relación con el bienestar y su tratamiento*. España: Instituto Superior de Estudios Psicológicos, Máster en Psicología Clínica y de la Salud: <http://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/03/La-Autoestima-Relacion-Con-El-Bienestar-Y-Su-Tratamiento.pdf>

UNICEF-FONDO DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA INFANCIA. (2013). *La situación de niños, niñas y adolescentes en las instituciones de protección y cuidado de América Latina y el Caribe*. Recuperado el 29 de agosto de 2017. Disponible en: <[https://www.unicef.org/lac/UNICEF\\_Estudio\\_sobre\\_NNA\\_en\\_instituciones.pdf](https://www.unicef.org/lac/UNICEF_Estudio_sobre_NNA_en_instituciones.pdf)>.

----- (2008). *Desarrollo positivo adolescente en América Latina y el Caribe*. Recuperado el 29 de setiembre de 2017. Disponible en: <[https://www.unicef.org/lac/serie\\_pol.pul-ADOLESCENTES\\_ESP\(2\).pdf](https://www.unicef.org/lac/serie_pol.pul-ADOLESCENTES_ESP(2).pdf)>.

----- (s.f.). *Adolescencia*. Recuperado el 29 de marzo de 2017. Disponible en: <[https://www.unicef.org/peru/spanish/children\\_3789.htm](https://www.unicef.org/peru/spanish/children_3789.htm)>.

UNICEF-FONDO DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA INFANCIA, & RELAF-RED LATINOAMERICANA DE ACOGIMIENTO FAMILIAR. (2016). *Los olvidados: niños y niñas en «Hogares». Macroinstituciones en América Latina y El Caribe*. Recuperado el 13 de septiembre de 2017. Disponible en: <[https://www.unicef.org/lac/20160210\\_REL-AF\\_UNICEF\\_Macroinstituciones\\_web.pdf](https://www.unicef.org/lac/20160210_REL-AF_UNICEF_Macroinstituciones_web.pdf)>.

URIBE, M. (2012). *Relación que existe entre el nivel de autoestima y el tipo de dinámica familiar de adolescentes del Centro Educativo Leoncio Prado, San Juan de Miraflores, 2011*. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos: <[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1030/Uribe\\_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1030/Uribe_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>

- VALDÉS, L. (2001). «Programa de intervención para elevar los niveles de autoestima en alumnas del sexto año básico». *Estudios Pedagógicos* 27(1): 65-73. Recuperado de [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052001000100005](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052001000100005)
- VARGAS, J. (2014). «Una propuesta de intervención psicoeducativa para promover la autoestima infantil». *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina* 57(3): 235-244. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/221960264\\_Una\\_propuesta\\_de\\_intervencion\\_psicoeducativa\\_para\\_promover\\_la\\_autoestima\\_infantil](https://www.researchgate.net/publication/221960264_Una_propuesta_de_intervencion_psicoeducativa_para_promover_la_autoestima_infantil)
- WARDETZKI, B. (2013). *No te lo tomes de forma personal: superar con serenidad las ofensas y las humillaciones*. Barcelona: Urano.

## **ANEXOS**

## Anexo 1

### Resultados de la validez de contenido por método de criterio de jueces del programa «Quiérete Mucho»

| Sesión                                | Actividad | V de Aiken | Significancia |
|---------------------------------------|-----------|------------|---------------|
| Sesión I: «Amiga autoestima»          | 1         | 0.78       |               |
|                                       | 2         | 0.89       | *             |
|                                       | 3         | 0.89       | *             |
|                                       | 4         | 0.89       | *             |
|                                       | 5         | 0.78       |               |
|                                       | 6         | 1          | *             |
| Sesión II: «Conociéndome»             | 1         | 1          | *             |
|                                       | 2         | 0.89       | *             |
|                                       | 3         | 1          | *             |
|                                       | 4         | 0.78       |               |
|                                       | 5         | 0.89       | *             |
| Sesión III: «Motivándome aprendo más» | 1         | 1          | *             |
|                                       | 2         | 1          | *             |
|                                       | 3         | 0.89       | *             |
|                                       | 4         | 0.89       | *             |
|                                       | 5         | 1          | *             |
| Sesión IV: «Mis hermanas y            | 1         | 1          | *             |
|                                       | 2         | 0.67       |               |

|  |   |      |   |
|--|---|------|---|
| yo»  | 3 | 0.78 |   |
|  | 4 | 1    | * |
| Sesión V:<br>«Cantando y<br>bailando me siento<br>mejor» | 1 | 1    | * |
|  | 2 | 0.89 | * |
|  | 3 | 1    | * |
|  | 4 | 1    | * |
| Sesión VI:<br>«Un nuevo<br>comienzo»                     | 1 | 1    | * |
|  | 2 | 1    | * |
|  | 3 | 0.78 |   |
|  | 4 | 1    | * |

## Anexo 2

### Diseño inicial del Programa «Quiérete Mucho»

| SESIÓN I: AMIGA AUTOESTIMA   |                             |   |  |   |         |
|--|-----------------------------|---|--|---|---------|
| <b>Objetivos:</b><br>Establecer encuadre y rapport.<br>Brindar psicoeducación sobre la autoestima. |                             |   |  |   |         |
| N°   | ACTIVIDAD                   | OBJETIVO  | DESCRIPCIÓN  | MATERIALES  | TIEMPO  |
| 1  | Recepción de participantes. | Registrar asistencia.<br>Brindar solapas con sus nombres. | A través de una lista de asistencia, se registrará la presencia de las participantes. Así mismo, se entregará solapas con su nombre a cada una, a fin de reconocerlas. | Lista de asistencia.<br>34 Solapas con su nombre. | 2 min.  |
| 2  | Presentación del programa.  | Informar aspectos generales del programa.                 | Se formará un círculo con las participantes; al mismo tiempo, se les informará el objetivo, duración y frecuencia del programa.  | No se requiere de materiales                      | 3 min.  |
| 3  | Dinámica de integración     | Establecer vínculo de confianza entre las                 | Se formará dos grupos, los cuales deben permanecer unidas con sus manos. Seguido a esto, intentarán  | 2 hula-hula<br>Música                             | 10 min. |

|   |                 |   |  |   |         |
|---|-----------------|---|--|---|---------|
|   |                 | participantes.  | pasar una hula-hula sin soltarse.  |   |         |
| 4 | Gallinita ciega | Identificar características de autoestima alta y baja.                          | En la pared se pegará dos dibujos de árboles, marchito y frondoso. Las participantes formarán dos grupos, donde deberán escoger a una compañera que se cubra los ojos para que el resto la guíe en colocar palabras que sean características de una autoestima alta y baja. Luego, se analizarán los resultados.<br><br>Se realizará dos rondas. | Dibujos de árboles.<br><br>Palabras con características de autoestima alta y baja.<br><br>Limpiatipo.<br><br>2 pañoletas. | 30 min. |
| 5 | Compromiso      | Fortalecer compromiso de autovaloración.  | Las participantes formarán una fila para colocar su huella de mano en el cartel de «Quiérete Mucho».   | Cartel de «Quiérete Mucho».<br><br>5 temperas grandes de diversos colores.<br><br>Cinta adhesiva.                         | 10 min. |
| 6 | Cierre          | Agradecer la participación.<br><br>Realizar una retroalimentación de la sesión. | Se agradecerá por su asistencia, y se les pedirá apoyo para que mencionen qué actividades hemos realizado el día de hoy y qué han aprendido.   | No se necesita materiales   | 5 min.  |

**SESIÓN II: CONOCIÉNDOME**

**Objetivos:**

- Favorecer autoconocimiento.
- Desarrollar valoración personal.

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>           | <b>OBJETIVO</b>   | <b>DESCRIPCIÓN</b>   | <b>MATERIALES</b>                                 | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|----------------------------|---|--|---|---------------|
| 1         | Recepción de participantes | Registrar asistencia.<br>Brindar solapas con sus nombres.                                       | A través de una lista de asistencia, se registrará la presencia de las participantes. Así mismo, se entregará solapas con su nombre a cada una, a fin de reconocerlas.   | Lista de asistencia.<br>34 Solapas con su nombre. | 2 min.        |
| 2         | Dinámica de relajación     | Brindar técnicas de relajación.<br>Disminuir tensión emocional y muscular en las participantes. | Se simulará que cada una es como un globo, el cual se debe inflar y desinflar. Agregado a ello, deberán comportarse como una tortuga que debe estirarse para salir del caparazón.<br><br>Se repetirá en dos ocasiones. | No se requiere de materiales.                     | 5 min.        |
| 3         | Valoración                 | Reconocer las habilidades que las demás participantes   | Se le pegará a cada participante una hoja en la espalda que diga «Estimo a __ (nombre) porque... (fortaleza)»,   | 34 hojas de colores                               | 20 min        |

|   |            |   |  |  |        |
|---|------------|---|--|--|--------|
|   |            | 4valoran de mí.   | de manera que las demás participantes escriban una fortaleza que posea el dueño de la hoja.  | 34 plumones delgados<br>1 Cinta adhesiva<br>Música |        |
| 4 | Analizando | Analizar que fortalezas conocía y desconocía de sí misma.                       | A cada participante se le dará un plumón donde deberá encerrar en un círculo las fortalezas que reconocía de sí misma, y subrayar las que desconocía.<br><br>Se formará un diálogo sobre ello. | Hojas anteriormente empleadas.<br>34 plumones.     | 20 min |
| 5 | Resaltando | Resaltar la fortaleza que más le guste.   | Luego del análisis, la participante deberá escoger la fortaleza que más le guste de ella misma, la cual deberá ser escrita debajo de su huella en el cartel de «Quiérete Mucho».               | Cartel «Quiérete mucho».<br>34 Plumones delgados   | 10 min |
| 6 | Cierre     | Agradecer la participación.<br><br>Realizar una retroalimentación de la sesión. | Se agradecerá por su asistencia, y se les pedirá apoyo para que mencionen qué actividades hemos realizado el día de hoy y qué han aprendido.   | No se necesita materiales                          | 3 min. |

**SESIÓN III: MOTIVÁNDOME APRENDO MÁS**

**Objetivos:**

Fortalecer resiliencia.

Motivar el área académica.

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>                           | <b>OBJETIVO</b>  | <b>DESCRIPCIÓN</b>   | <b>MATERIALES</b>                                 | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|--|--|--|---|---------------|
| 1         | Recepción de participantes                 | Registrar asistencia.<br>Brindar solapas con sus nombres.    | A través de una lista de asistencia, se registrará la presencia de las participantes. Así mismo, se entregará solapas con su nombre a cada una, a fin de reconocerlas.   | Lista de asistencia.<br>34 Solapas con su nombre. | 2 min.        |
| 2         | Juego de integración:<br>«Quiero tu sitio» | Disminuir tensión emocional y muscular en las participantes. | Se formará un círculo donde las participantes deberán permanecer sentadas. Una de ellas deberá correr fuera del círculo y tocar la espalda de otra, a fin de que la primera intente ganar el sitio a la segunda. Se repetirá hasta que todas hayan jugado. | No se requiere materiales.                        | 15 min        |
| 3         | Ejemplos de vida: Malala                   | Fomentar la resiliencia a través de las                      | Se expondrá el caso de Malala, ganadora del premio Nobel 2014, a través de un reportaje.   | Video<br>Tv y DVD (La                             | 30 min        |

|   |         |   |   |  |        |
|---|---------|---|---|--|--------|
|   |         | experiencias de vida de otras personas.<br><br>Motivar en el área académica     | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=4xBIYPh64aM&amp;app=desktop">https://www.youtube.com/watch?v=4xBIYPh64aM&amp;app=desktop</a><br><br>Luego, se reflexionará sobre el tema.  | casa hogar cuenta con estos implementos) |        |
| 4 | Beca 18 | Informar sobre la Beca Albergue que promueve Pronabec.                          | Se brindará la información de Beca 18 tipo Albergue, las cuales son proporcionados por Pronabec.<br><br><a href="http://www.pronabec.gob.pe/2016_Beca18.php#requisitos">http://www.pronabec.gob.pe/2016_Beca18.php#requisitos</a> | 35 Trípticos de Pronabec                 | 10 min |
| 5 | Cierre  | Agradecer la participación.<br><br>Realizar una retroalimentación de la sesión. | Se agradecerá por su asistencia, y se les pedirá apoyo para que mencionen qué actividades hemos realizado el día de hoy y qué han aprendido.  | No se necesita materiales                | 3 min. |

#### SESIÓN IV: MIS HERMANAS Y YO

**Objetivo:**

Fortalecer vínculo de respeto y confianza entre las participantes.

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>           | <b>OBJETIVO</b>   | <b>DESCRIPCIÓN</b>   | <b>MATERIALES</b>                                     | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|----------------------------|---|--|---|---------------|
| 1         | Recepción de participantes | Registrar asistencia.<br><br>Brindar solapas con sus nombres.                   | A través de una lista de asistencia, se registrará la presencia de las participantes. Así mismo, se entregará solapas con su nombre a cada una, a fin de reconocerlas. | Lista de asistencia.<br><br>34 Solapas con su nombre. | 2 min.        |
| 2         | Enredados                  | Fomentar el trabajo en equipo   | Se formarán cuatro grupos en círculo, deberán unirse las manos, de manera que, entre ellos estén enredados.  | No se requieren materiales                            | 15 min        |
| 3         | Autobarras                 | Promover trabajo en equipo.<br><br>Promover autovaloración personal.            | Se formará cuatro grupos, a fin de que realicen barras alusivas a la autoestima. Se les brindará algunos ejemplos.   | Ejemplos de barras alusivas a la autoestima.          | 40 min        |
| 4         | Cierre                     | Agradecer la participación.<br><br>Realizar una retroalimentación de la sesión. | Se agradecerá por su asistencia, y se les pedirá apoyo para que mencionen qué actividades hemos realizado el día de hoy y qué han aprendido.                           | No se necesita materiales                             | 3 min.        |

**SESIÓN V: CANTANDO Y BAILANDO ME SIENTO MEJOR**

**Objetivos:**

Favorecer autovaloración.

Promover autoconfianza en público.

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>           | <b>OBJETIVO</b>   | <b>DESCRIPCIÓN</b>   | <b>MATERIALES</b>   | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|----------------------------|---|--|---|---------------|
| 1         | Recepción de participantes | Registrar asistencia.<br>Brindar solapas con sus nombres.                                       | A través de una lista de asistencia, se registrará la presencia de los participantes. Así mismo, se entregará solapas con su nombre a cada una, a fin de reconocerlas.   | Lista de asistencia.<br>34 Solapas con su nombre.   | 2 min.        |
| 2         | Cantar y bailar            | Favorecer autovaloración.<br>Promover autoconfianza en público.<br>Disminuir tensión muscular y | Se brindará la letra de la canción «Ella» del grupo musical «Bebe», canción alusiva a la autovaloración, a fin de cantarla todas juntas hasta que lo reafirmen. Agregado a ello, podrán bailar con pasos libres. | 34 Cancioneros de la canción «Ella».<br>Equipo de sonido y tv (La Casa Hogar cuenta con estos | 30 min        |

|   |            |   |  |                             |        |
|---|------------|---|--|-----------------------------|--------|
|   |            | emocional.  |  | implementos).<br>Contact.   |        |
| 3 | Analizando | Analizar actividad realizada.   | Se formará un círculo, pidiéndoles su opinión sobre la actividad realizada.  | No se requieren materiales. | 15 min |
| 4 | Cierre     | Agradecer la participación.<br><br>Realizar una retroalimentación de la sesión. | Se agradecerá por su asistencia, y se les pedirá apoyo para que mencionen qué actividades hemos realizado el día de hoy y qué han aprendido. | No se necesita materiales   | 3 min. |

### SESIÓN VI: UN NUEVO COMIENZO

**Objetivo:**

Retroalimentación del Programa «Quiérete Mucho».

| N° | ACTIVIDAD    | OBJETIVO              | DESCRIPCIÓN                             | MATERIALES           | TIEMPO |
|----|--------------|-----------------------|---|----------------------|--------|
| 1  | Recepción de | Registrar asistencia. | A través de una lista de asistencia, se | Lista de asistencia. | 2 min. |

|   |                  |  |  |  |        |
|---|------------------|--|--|--|--------|
|   | participantes    | Brindar solapas con sus nombres.   | registrará la presencia de las participantes. Así mismo, se entregará solapas con su nombre a cada una, a fin de reconocerlas.   | 34 Solapas con su nombre.                |        |
| 2 | Conversación     | Conocer opiniones de las participantes sobre el Programa «Quiérete Mucho». | Se formará un círculo con las participantes, y se formulará la pregunta «¿Qué aprendieron?, ¿Qué les gustó más?, ¿Qué hubieran mejorado?».   | No se necesita materiales.               | 20 min |
| 3 | Me comprometo... | Realizar compromisos relacionados a la autoestima.                         | Se les mencionará que el objetivo del programa es ayudarlas a sentirse mejor en distintos aspectos de su vida, pero que lo más importante es su compromiso con esta labor. Por tal motivo, se les pedirá que se comprometan consigo misma en | Cártel «Quiérete Mucho».<br>34 plumones. | 20 min |

|   |        |   |   |  |         |
|---|--------|---|---|--|---------|
|   |        |   | <p>favor a esta tarea. Dicho compromiso deberá ser escrito en el cartel «Quiérete Mucho».</p> <p>En caso de negarse a hacerlo, no se le obligará.</p> |  |         |
| 4 | Cierre | <p>Finalizar programa.</p> <p>Agradecer por su participación.</p> | <p>Se realizará un compartir con las participantes.</p>   | <p>Bocaditos</p> <p>Bebida</p> <p>Azafates</p> <p>Música</p> | 18 min. |

### Anexo 3

#### Matriz final del Programa «Quiérete Mucho»

| SESIÓN I: AMIGA AUTOESTIMA   |                             |   |   |   |         |
|--|-----------------------------|---|---|---|---------|
| <b>Objetivos:</b><br>Establecer encuadre y rapport.<br>Brindar psicoeducación sobre la autoestima. |                             |   |   |   |         |
| N°   | ACTIVIDAD                   | OBJETIVO  | DESCRIPCIÓN   | MATERIALES  | TIEMPO  |
| 1  | Recepción de participantes. | Registrar asistencia.<br>Identificar a las participantes. | 1) Las facilitadoras se presentarán.<br><br>2) Se registrará la asistencia de las participantes, al mismo tiempo, se otorgará solapas con el nombre de cada una. Cabe resaltar que, las facilitadoras también portaran el suyo a lo largo de la sesión. | Lista de asistencia.<br><br>34 Solapas con cada nombre de las participantes.<br><br>4 solapas con el nombre de las facilitadoras. | 10 min. |

|   |                            |   |  |   |         |
|---|----------------------------|---|--|---|---------|
| 2 | Presentación del programa. | <p>Informar aspectos generales del programa.</p> <p>Conocer expectativas de las participantes respecto al programa.</p> | <p>1) Se formará un círculo con las participantes sentadas; al mismo tiempo, se les informará el objetivo, descripción, duración y frecuencia del programa, a través de un PowerPoint de presentación; además se presentará un video sobre la autoestima (<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wZlhlY4HaBA">https://www.youtube.com/watch?v=wZlhlY4HaBA</a>).</p> <p>2) Se indagará las expectativas que tienen las participantes del programa, a través de la participación voluntaria.</p> | <p>PowerPoint de presentación.</p> <p>Video de autoestima.</p> <p>TV.</p> | 20 min. |
| 3 | Pasa el hula-hula          | Establecer vínculo de confianza entre las participantes.  | <p>Se dividirá a las participantes de manera aleatoria en dos grupos, de manera que formen dos círculos. Seguidamente, deberán tomarse de las manos entre ellas e iniciarán la dinámica que consiste en pasar una hula-hula sin soltarse. El ejercicio se repetirá dos veces.</p> <p>Luego, se formará un solo círculo tratando de realizar el ejercicio tres veces a fin de que superen su propio tiempo.</p> <p>Por último se realizará un análisis de la dinámica.</p>                        | <p>2 hula-hula</p> <p>Música</p>  | 20 min. |

|   |                     |  |   |  |         |
|---|---------------------|--|---|--|---------|
| 4 | Gallinita ciega     | Identificar características de autoestima alta y baja.                         | <p>En la pared se pegará dos dibujos de árboles, uno marchito y otro frondoso, además existirá cuatro cestas con diferentes palabras que simbolizan características de autoestima alta y baja.</p> <p>Las participantes formarán cuatro grupos, donde deberán escoger a una compañera que se cubra los ojos para que el resto la guíe en la dirección correcta hacia el árbol para colocar la palabra que corresponda. El ejercicio se realizará cinco veces.</p> <p>La elección de los grupos será de manera aleatoria.</p> <p>Finalmente, se realizará el análisis del ejercicio.</p> | <p>Dibujos de árboles.</p> <p>Palabras con características de autoestima alta y baja.</p> <p>Limpiatipo.</p> <p>4 pañoletas.</p> <p>4 cestas</p> | 40 min. |
| 5 | Mi mano deja huella | Establecer el compromiso de participación para el desarrollo de su autoestima. | <p>Se explicará a las participantes que lo más importante para fortalecer su autoestima es su compromiso consigo mismas. Por ello, se les pedirá formar una columna y con apoyo de témperas deberán colocar la huella de su mano junto a su nombre en el cartel de «Quiérete Mucho».</p> <p>A medida que vayan terminando, dos facilitadoras se encargarán de apoyar en la limpieza de manos.</p>   | <p>Cártel de «Quiérete Mucho».</p> <p>5 témperas grandes de diversos colores.</p> <p>1 Plumón</p>  | 20 min. |

|   |        |   |   |                                     |         |
|---|--------|---|---|-------------------------------------|---------|
|   |        |   |   | delgado.<br>Cinta adhesiva.         |         |
| 6 | Cierre | Asignar tarea para la siguiente sesión<br>Realizar una retroalimentación de la sesión.<br>Agradecer la participación. | 1) Se le brindará una hoja con el dibujo de una flor donde deberán escribir en los pétalos las fortalezas que más resalten en ellas; podrán decorarlo como ellas deseen.<br>2) Se pedirá la participación voluntaria de las participantes para recordar las actividades desarrolladas.<br>3) Se agradecerá su asistencia. | 34 hojas con el dibujo de una flor. | 10 min. |

## SESIÓN II: CONOCIÉNDOME

### Objetivos:

Favorecer autoconocimiento.

Desarrollar valoración personal.

| N° | ACTIVIDAD    | OBJETIVO  | DESCRIPCIÓN                                 | MATERIALES | TIEMPO  |
|----|--------------|-----------|---|------------|---------|
| 1  | Recepción de | Registrar | 1) Saludo y bienvenida a las participantes. | Lista de   | 10 min. |

|   |                     |  |   |  |         |
|---|---------------------|--|---|--|---------|
|   | participantes.      | <p>asistencia.</p> <p>Identificar a las participantes.</p> <p>Informar sobre los objetivos y actividades a realizar.</p> | <p>2) Se registrará la asistencia de las participantes, al mismo tiempo, se otorgará solapas con el nombre de cada una. Cabe resaltar que, las facilitadoras también portaran el suyo a lo largo de la sesión.</p> <p>3) Se les informará sobre los objetivos y actividades a realizar en la presente sesión.</p>   | <p>asistencia.</p> <p>34 Solapas con cada nombre de las participantes.</p> <p>4 solapas con el nombre de las facilitadoras.</p>                          |         |
| 2 | Mi bazar de ensueño | <p>Fomentar el autoconocimiento en las participantes.</p>  | <p>Se les explicará que existe un bazar imaginario, especial y mágico; donde podrán coger la característica que desean tener y dejar la que no desean poseer.</p> <p>Seguido a ello, se dividirá en cuatro grupos de manera aleatoria para realizar el análisis de las características que eligieron, a través de una cartulina que será dividida en dos. Se les consultará qué acciones deben realizar para fortalecer la característica que desean dejar.</p> | <p>34 plumones</p> <p>34 papeles de color amarillo</p> <p>34 papeles de color anaranjado</p> <p>Cinco cartulinas</p> <p>Cinta adhesiva</p> <p>Música</p> | 30 min. |

|   |                             |   |  |   |        |
|---|-----------------------------|---|--|---|--------|
|   |                             |   | Al final, se hará un mural con todas las características que desean tener y no tener.  |   |        |
| 3 | Mis fortalezas reflejadas   | Reconocer las fortalezas que los demás resaltan de uno mismo. | Se hará una breve explicación sobre la definición y ejemplos de «fortalezas». Seguido a ello, se le pegará a cada participante una hoja en la espalda que diga «Estimo a __ (nombre del dueño de la hoja) porque... (fortaleza)», de manera que las demás participantes escriban una fortaleza que posea el dueño de la hoja.<br><br>La actividad finalizará cuando todas hayan escrito. | 34 hojas de colores<br>34 plumones delgados<br>1 Cinta adhesiva<br>Música | 30 min |
| 4 | Reconociendo mis fortalezas | Analizar qué fortalezas conocía y desconocía de sí misma.     | A cada participante se le dará un plumón donde deberá encerrar en un círculo las fortalezas que reconocía de sí misma, y subrayar las que desconocía. Podrán utilizar de apoyo su tarea asignada en la sesión anterior.<br><br>Se formará un diálogo sobre ello en cuatro grupos elegidos de manera aleatoria.   | Hojas anteriormente empleadas.<br>34 plumones.<br>Tareas elaboradas.      | 30 min |
| 5 | Me identifico con...        | Resaltar la   | Luego del análisis, la participante deberá escoger la fortaleza  | Cártel «Quiérete  | 10 min |

|   |        |   |  |   |         |
|---|--------|---|--|---|---------|
|   |        | fortaleza que más se sienta en mayor medida identificada.   | que más le guste de ella misma, la cual deberá ser escrita debajo de su huella en el cartel de «Quiérete Mucho».   | mucho».<br>34 Plumones delgados   |         |
| 6 | Cierre | Asignar tarea para la siguiente sesión<br><br>Realizar una retroalimentación de la sesión.<br><br>Agradecer la participación. | 1) Se le brindará una hoja con la interrogante «¿Qué me gustaría hacer luego de acabar el colegio?», a fin de que la presenten completa en la siguiente sesión. 2) Se pedirá la participación voluntaria de las participantes para recordar las actividades desarrolladas. 3) Se agradecerá su asistencia. | 34 hojas con la pregunta «¿Qué me gustaría hacer luego de acabar el colegio?» | 10 min. |

### SESIÓN III: MOTIVÁNDOME APRENDO MÁS

**Objetivos:**

Fortalecer resiliencia.

Fomentar la motivación frente al área académica.

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>                        | <b>OBJETIVO</b>   | <b>DESCRIPCIÓN</b>   | <b>MATERIALES</b>   | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|---|---|--|---|---------------|
| 1         | Recepción de participantes.             | Registrar asistencia.<br>Identificar a las participantes.<br>Informar sobre los objetivos y actividades a realizar. | 1) Saludo y bienvenida a las participantes.<br>2) Se registrará la asistencia de las participantes, al mismo tiempo, se otorgará solapas con el nombre de cada una, a fin de identificarlas. Cabe resaltar que, las facilitadoras también portaran el suyo a lo largo de la sesión.<br>3) Se les informará sobre los objetivos y actividades a realizar en la presente sesión. | Lista de asistencia.<br>34 Solapas con cada nombre de las participantes.<br>4 solapas con el nombre de las facilitadoras. | 10 min.       |
| 2         | Siempre hay que intentar una vez más... | Promover resiliencia en las participantes.  | Se reproducirá un video (< <a href="https://www.youtube.com/watch?v=F97ZnQqst0I">https://www.youtube.com/watch?v=F97ZnQqst0I</a> >) sobre la resiliencia. Luego, se dividirá en grupos grupos de manera aleatoria, a fin de analizar y establecer situaciones a diario en donde se podría emplear esta característica.   | Video<br>TV   | 30 min        |
| 3         | Malala, ejemplo de                      | Fomentar la resiliencia a través de   | Se expondrá el caso de Malala, ganadora del premio Nobel 2014, a través de un reportaje:   | Video<br>Tv y DVD   | 30 min        |

|   |                 |  |   |   |         |
|---|-----------------|--|---|---|---------|
|   | lucha constante | las experiencias de vida de otras personas.<br>Fomentar motivación en el área académica  | < <a href="https://www.youtube.com/watch?v=4xBIYPh64aM&amp;app=desktop">https://www.youtube.com/watch?v=4xBIYPh64aM&amp;app=desktop</a> >. Luego, se dividirá en cuatro grupos, a fin de analizar sobre el video.   |   |         |
| 4 | Mi plan de vida | Conocer expectativas de las participantes luego de finalizar el colegio.<br>Informar sobre el programa Beca 18 Albergue que promueve Pronabec. | En base a la tarea asignada en la sesión anterior, se analizará con las participantes sus expectativas al finalizar el colegio.<br>Se invitará a una beneficiaria del programa Beca 18 para que les cuente su experiencia como universitaria. Luego, se brindará la información de Beca 18 tipo Albergue, las cuales serán proporcionados por Pronabec; así mismo, se realizará una presentación en PowerPoint sobre la misma información.<br>< <a href="http://www.pronabec.gob.pe/2016_Beca18.php#requisitos">http://www.pronabec.gob.pe/2016_Beca18.php#requisitos</a> > | Tareas asignadas en la sesión anterior.<br>Presentación en PowerPoint<br>35 Trípticos de Pronabec | 40 min  |
| 5 | Cierre          | Asignar tarea para la siguiente sesión<br>Realizar una   | 1) Se le brindará una hoja con la interrogante «¿Qué cosas buenas he conseguido en la Casa Hogar?», a fin de que se presente completo en la siguiente sesión. 2) Se pedirá la participación   | 34 hojas con la interrogante<br>«¿Qué cosas   | 10 min. |

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  | retroalimentación de la sesión.<br>Agradecer la participación. | voluntaria de las participantes para recordar las actividades desarrolladas. 3) Se agradecerá su asistencia. | buenas he conseguido en la Casa Hogar?». |  |
|--|--|--|--|--|--|

#### SESIÓN IV: MIS HERMANAS Y YO

**Objetivo:**

Fortalecer vínculo de respeto y confianza entre las participantes.

| N° | ACTIVIDAD                   | OBJETIVO  | DESCRIPCIÓN  | MATERIALES   | TIEMPO  |
|----|-----------------------------|---|--|--|---------|
| 1  | Recepción de participantes. | Registrar asistencia.<br>Identificar a las participantes.<br>Informar sobre los objetivos y actividades a realizar. | 1) Saludo y bienvenida a las participantes.<br><br>2) Se registrará la asistencia de las participantes, al mismo tiempo, se otorgará solapas con el nombre de cada una. Cabe resaltar que, las facilitadoras también portaran el suyo a lo largo de la sesión.<br><br>3) Se les informará sobre los objetivos y actividades a realizar | Lista de asistencia.<br><br>34 Solapas con cada nombre de las participantes.<br><br>4 solapas con el nombre de las | 10 min. |

|   |                            |  |   |  |         |
|---|----------------------------|--|---|--|---------|
|   |                            |  | en la presente sesión.  | facilitadoras.   |         |
| 2 | Entra si puedes            | Fomentar el trabajo en equipo.   | En el piso se colocarán las siluetas de distintos tamaños de cuadrados, las participantes deberán entrar según la cantidad de personas que le solicite la facilitadora.<br><br>Luego, se realizará el análisis al respecto.   | Siluetas de cuadrados.<br><br>Música<br><br>Cinta scotch                           | 20 min  |
| 3 | ¡¡Luces, cámaras, acción!! | Incentivar trabajo en equipo.<br><br>Promover autovaloración personal.           | Se formará cuatro grupos de manera aleatoria, se les pedirá a las participantes que preparen un teatro donde se refleje una situación en donde se emplee la autoestima como aliada de nuestra vida.<br><br>Se analizará cada teatro realizado. Cabe resaltar que, antes de dar inicio a la actividad se hará una recapitulación sobre la definición y características de la autoestima. | Ejemplos de situaciones donde se emplee la autoestima como aliada de nuestra vida. | 80 min  |
| 4 | Cierre                     | Asignar tarea para la siguiente sesión.<br><br>Realizar una retroalimentación de | 1) Se entregará a las adolescentes un mensaje relacionado a la autovaloración, a fin de que lo lean a diario frente a un espejo.<br><br>El análisis se realizará en la siguiente sesión.  | 34 mensajes de autoverbalización es.   | 10 min. |

|  |  |   |   |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
|  |  | la sesión.<br><br>Agradecer la participación. | 2) Se pedirá la participación voluntaria de las menores para recordar las actividades desarrolladas.<br><br>3) Se agradecerá su asistencia. |  |  |
|--|--|---|---|--|--|

**SESIÓN V: CANTANDO Y BAILANDO ME SIENTO MEJOR**

**Objetivos:**

Favorecer autovaloración.

Promover autoconfianza en público.

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>            | <b>OBJETIVO</b>   | <b>DESCRIPCIÓN</b>  | <b>MATERIALES</b>  | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|-----------------------------|---|---|--|---------------|
| 1         | Recepción de participantes. | Registrar asistencia.<br><br>Identificar a las participantes.<br><br>Informar sobre los objetivos y actividades a realizar. | 1) Saludo y bienvenida a las participantes.<br><br>2) Se registrará la asistencia de las participantes, al mismo tiempo, se otorgará solapas con el nombre de cada una. Cabe resaltar que, las facilitadoras también portaran el suyo a lo largo de la sesión.<br><br>3) Se les informará sobre los objetivos y actividades a | Lista de asistencia.<br><br>34 Solapas con cada nombre de las participantes.<br><br>4 solapas con el | 10 min.       |

|   |                               |   |   |  |         |
|---|-------------------------------|---|---|--|---------|
|   |                               |   | realizar en la presente sesión.   | nombre de las facilitadoras.   |         |
| 2 | Me miro, me hablo y me valoro | Promover conductas de autoverbalización a las participantes     | Se dividirá de manera aleatoria en cuatro grupos con el objetivo de analizar la tarea asignada en la sesión anterior.   | Automensajes entregados en la sesión anterior                              | 20 min. |
| 3 | Cantando me encanto           | Favorecer autovaloración.<br>Promover autoconfianza en público. | Se brindará la letra de la canción «Ella» del grupo musical «Bebé», canción alusiva a la autovaloración, a fin de analizar su letra en cuatro grupos, los cuales serán asignados de manera aleatoria. Luego, se cantará con apoyo del sonido del equipo; agregado a ello, podrán bailar con pasos libres. | 34 Cancioneros de la canción «Ella».<br>Equipo de sonido y TV.<br>Contact. | 50 min  |
| 4 | Rescatando lo mejor           | Analizar actividad realizada.                                   | Se formará un círculo, pidiéndoles su opinión sobre cómo se sintieron con la actividad realizada.   | No se requieren materiales.  | 30 min  |
| 5 | Cierre                        | Asignar tarea para la siguiente sesión                          | 1) Se le brindará una hoja con la interrogante «¿Cómo potenciaría mi autoestima, luego que acabe el   | 34 hojas con la interrogante   | 10 min. |

|  |  |  |  |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
|  |  | <p>Agradecer la participación.</p> <p>Realizar una retroalimentación de la sesión.</p> | <p>programa?», a fin que en la siguiente lo presenten completo. 2) Se pedirá la participación voluntaria de las participantes para recordar las actividades desarrolladas. 3) Se agradecerá su asistencia.</p> | <p>«¿Qué cosas buenas he conseguido en la Casa Hogar?».</p> |  |
|--|--|--|--|---|--|

**SESIÓN VI: UN NUEVO COMIENZO**

**Objetivo:**

Retroalimentación del Programa «Quiérete Mucho».

| <b>N°</b> | <b>ACTIVIDAD</b>                    | <b>OBJETIVO</b>   | <b>DESCRIPCIÓN</b>  | <b>MATERIALES</b>   | <b>TIEMPO</b> |
|-----------|-------------------------------------|---|---|---|---------------|
| 1         | Recepción de participantes.         | Registrar asistencia.<br>Identificar a las participantes.<br>Informar sobre los objetivos y actividades a realizar. | 1) Saludo y bienvenida a las participantes.<br><br>2) Se registrará la asistencia de las participantes, al mismo tiempo, se otorgará solapas con el nombre de cada una. Cabe resaltar que, las facilitadoras también portaran el suyo a lo largo de la sesión.<br><br>3) Se les informará sobre los objetivos y actividades a realizar en la presente sesión. | Lista de asistencia.<br><br>34 Solapas con cada nombre de las participantes.<br><br>4 solapas con el nombre de las facilitadoras. | 10 min.       |
| 2         | Conversación sobre «Quiérete Mucho» | Conocer opiniones de las participantes sobre el Programa «Quiérete Mucho».<br><br>Realizar retroalimentación del    | Se pedirá la participación de las adolescentes para recordar las actividades desarrolladas en cada sesión; luego; se reproducirá el video con la recolección de fotos y grabaciones de las distintas sesiones   | Video del programa «Quiérete Mucho».  | 40 min        |

|   |                   |  |   |  |        |
|---|-------------------|--|---|--|--------|
|   |                   | Programa «Quiérete Mucho»                          | realizadas. Seguido, se les consultará «¿Qué les gustó más?; ¿Qué hubieran mejorado?».  |  |        |
| 3 | Un nuevo comienzo | Incentivar el empoderamiento en las participantes. | Se les mencionará que el objetivo del programa es ayudarlas a sentirse mejor en distintos aspectos de su vida, pero que lo más importante es su compromiso con esta labor. Por tal motivo, se les dirá que el fortalecimiento de la autoestima no acaba en la realización del programa, por el contrario, este significa un nuevo comienzo para sus vidas, preguntándoles ¿Cómo mantendrían lo aprendido? y ¿Cómo potenciarían su autoestima?; lo cual deberán escribirlo en unos papeles que serán pegados en una cartulina, la cual se convertirá en un póster para el ambiente de la casa hogar. Las adolescentes podrán apoyarse con la tarea asignada en la sesión anterior. | 34 papeles<br>Tarea asignada en la sesión anterior<br>34 plumones. | 60 min |

|   |        |   |   |   |         |
|---|--------|---|---|---|---------|
| 4 | Cierre | <p>Incentivar la integración de participantes.</p> <p>Agradecer por su participación.</p> <p>Finalizar el programa.</p> | <p>1) Se agradecerá por la participación en el programa.</p> <p>2) Se realizará un compartir entre todas las participantes.</p> <p>3) Se reproducirá la canción «Color esperanza» de Diego Torres, la cual fomenta la persistencia.</p> | <p>Bocaditos</p> <p>Bebidas</p> <p>Azafates</p> <p>Música</p> | 10 min. |
|---|--------|---|---|---|---------|

## Anexo 4

### Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar

NOMBRE:..... EDAD: ..... SEXO: (M)(F)

AÑO DE ESTUDIOS: ..... FECHA DE APLICACIÓN:

.....

Marque con una aspa (X) en la palabra SI o NO, de acuerdo a los siguientes criterios.

SI: Cuando la frase SI coincide con su forma de ser o pensar.

NO: Si la frase NO coincide con su forma de ser o pensar.

| N° | Ítem  | Respuesta |    |
|----|---|-----------|----|
|    |   | Sí        | No |
| 1  | Las cosas mayormente no me preocupan  |           |    |
| 2  | Me es difícil hablar frente a la clase                                      |           |    |
| 3  | Hay muchas cosas sobre mí misma que cambiaría si pudiera                    |           |    |
| 4  | Puedo tomar decisiones sin dificultades                                     |           |    |
| 5  | Soy una persona muy divertida   |           |    |
| 6  | En el lugar que vivo me molesto muy fácilmente                              |           |    |
| 7  | Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo                          |           |    |
| 8  | Soy conocido entre los chicos de mi edad                                    |           |    |
| 9  | Las religiosas con las que vivo mayormente toman en cuenta mis sentimientos |           |    |
| 10 | Me rindo fácilmente   |           |    |
| 11 | Las religiosas con las que vivo esperan mucho de mí.                        |           |    |
| 12 | Es bastante difícil ser «yo misma»  |           |    |

|    |  |  |  |
|----|--|--|--|
| 13 | Mi vida está llena de problemas  |  |  |
| 14 | Los chicos mayormente aceptan mis ideas  |  |  |
| 15 | Tengo una mala opinión acerca de mí misma                                      |  |  |
| 16 | Mayormente me siento fastidiada en la escuela                                  |  |  |
| 17 | Físicamente no soy tan simpática como la mayoría de las personas               |  |  |
| 18 | Si tengo algo que decir, generalmente lo digo                                  |  |  |
| 19 | Las religiosas con las que vivo me comprenden                                  |  |  |
| 20 | La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo caigo                       |  |  |
| 21 | Mayormente siento que las religiosas con las que vivo estuvieran presionándome |  |  |
| 22 | Me siento desanimada en la escuela   |  |  |
| 23 | Desearía ser otra persona  |  |  |
| 24 | No se puede confiar en mí  |  |  |
| 25 | Nunca me preocupo de nada  |  |  |
| 26 | Estoy segura de mí misma   |  |  |
| 27 | Me aceptan fácilmente en un grupo  |  |  |
| 28 | Las personas con las que vivo y yo nos divertimos mucho juntos.                |  |  |
| 29 | Paso bastante tiempo soñando despierta.  |  |  |
| 30 | Desearía tener menos edad de la que tengo                                      |  |  |
| 31 | Siempre hago lo correcto   |  |  |
| 32 | Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela                                |  |  |
| 33 | Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer                            |  |  |
| 34 | Generalmente me arrepiento de las cosas que hago                               |  |  |
| 35 | Nunca estoy contenta   |  |  |
| 36 | Estoy haciendo lo mejor que puedo  |  |  |
| 37 | Generalmente puedo cuidarme sola   |  |  |

|    |  |  |  |
|----|--|--|--|
| 38 | Soy bastante feliz   |  |  |
| 39 | Preferiría jugar con los niños más pequeños que yo                 |  |  |
| 40 | Me gustan todas las personas que conozco                           |  |  |
| 41 | Me gusta mucho cuando me llaman a la pizarra                       |  |  |
| 42 | Me entiendo a mí misma   |  |  |
| 43 | Nadie me presta mucha atención en el lugar donde vivo.             |  |  |
| 44 | Nunca me resondran   |  |  |
| 45 | No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera           |  |  |
| 46 | Puedo tomar una decisión y mantenerla                              |  |  |
| 47 | Realmente no me gusta ser una niña                                 |  |  |
| 48 | No me gusta estar con otras personas                               |  |  |
| 49 | Nunca soy tímida   |  |  |
| 50 | Generalmente me avergüenzo de mí misma                             |  |  |
| 51 | Los chicos generalmente se la agarran conmigo                      |  |  |
| 52 | Siempre digo la verdad   |  |  |
| 53 | Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz |  |  |
| 54 | No me importa lo que me pase                                       |  |  |
| 55 | Soy un fracaso   |  |  |
| 56 | Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención                |  |  |
| 57 | Siempre sé lo que debo decir a las personas                        |  |  |

## Anexo 5

### Resultados de la validación semántica del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar

| Ítem | V de Aiken | Significancia |
|------|------------|---------------|
| 1    | 0.7        |               |
| 2    | 0.9        | *             |
| 3    | 0.8        |               |
| 4    | 1          | *             |
| 5    | 0.9        | *             |
| 6    | 0.8        |               |
| 7    | 0.8        |               |
| 8    | 1          | *             |
| 9    | 0.9        | *             |
| 10   | 0.7        |               |
| 11   | 0.9        | *             |
| 12   | 0.9        | *             |
| 13   | 1          | *             |
| 14   | 1          | *             |
| 15   | 0.9        | *             |
| 16   | 0.8        |               |
| 17   | 1          | *             |
| 18   | 0.9        | *             |
| 19   | 0.9        | *             |
| 20   | 0.9        | *             |

|    |     |   |
|----|-----|---|
| 21 | 0.9 | * |
| 22 | 1   | * |
| 23 | 0.9 | * |
| 24 | 1   | * |
| 25 | 0.7 |   |
| 26 | 1   | * |
| 27 | 0.9 | * |
| 28 | 1   | * |
| 29 | 1   | * |
| 30 | 0.9 | * |
| 31 | 1   | * |
| 32 | 1   | * |
| 33 | 1   | * |
| 34 | 1   | * |
| 35 | 1   | * |
| 36 | 0.9 | * |
| 37 | 1   | * |
| 38 | 1   | * |
| 39 | 0.9 | * |
| 40 | 1   | * |
| 41 | 1   | * |
| 42 | 1   | * |
| 43 | 1   | * |
| 44 | 0.9 | * |
| 45 | 1   | * |
| 46 | 1   | * |

|    |     |   |
|----|-----|---|
| 47 | 0.8 |   |
| 48 | 1   | * |
| 49 | 1   | * |
| 50 | 1   | * |
| 51 | 0.9 | * |
| 52 | 1   | * |
| 53 | 1   | * |
| 54 | 1   | * |
| 55 | 1   | * |
| 56 | 1   | * |
| 57 | 0.9 | * |

## Anexo 6

### Entrevista estructurada para la evaluación del Programa «Quiérete Mucho»

#### Datos generales:

- Nombre: \_\_\_\_\_
- Código: \_\_\_\_\_
- Edad: \_\_\_\_\_
- Distrito de procedencia: \_\_\_\_\_
- Lugar y fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_
- Grado escolar: \_\_\_\_\_
- Fecha de evaluación: \_\_\_\_\_
- Evaluadora: \_\_\_\_\_

#### Preguntas

1. ¿Cuál es la fortaleza con la que más te identificas?

---

---

---

2. ¿Cuáles son tus proyectos académicos superiores (luego de salir de la Casa Hogar)?

---

---

---

3. ¿Qué sueles hacer ante un problema?

---

---

---

4. ¿Cómo es tu relación con las compañeras de la Casa Hogar?

---

---

---

5. ¿Cómo es tu relación con las religiosas de la Casa Hogar?

---

---

---

6. ¿Disfrutas de las actividades que realizas en la Casa Hogar?

---

---

---

7. ¿Cómo te sientes siendo la persona que eres?

---

---

---

8. En 15 años, ¿Qué te haría sentir satisfecha con tu vida?

---

---

---

**Observaciones:**

---

---

---

## Anexo 9

### Prueba de normalidad de las puntuaciones obtenidas a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar

A fin de establecer el coeficiente a emplear, se somete los resultados obtenidos en cada una de las dimensiones a través del Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith adaptado (SEI), versión escolar antes y después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» a la prueba de normalidad de Kolgomorov-Smirnov. Los resultados se pueden observar en tabla 9.1.

Tabla 9.1.

| <b>Kolgomorv-Smirnov</b>     |                    |           |                |
|------------------------------|--------------------|-----------|----------------|
| <b>Dimensión</b>             | <b>Estadístico</b> | <b>gl</b> | <b>p-valor</b> |
| <b>Personal</b>              |                    |           |                |
| Pre-test                     | ,12                | 26        | ,20            |
| Post-test                    | ,146               | 26        | ,16            |
| <b>Social</b>                |                    |           |                |
| Pre-test                     | ,2                 | 26        | ,01            |
| Post-test                    | ,15                | 26        | ,13            |
| <b>Escolar</b>               |                    |           |                |
|                              | ,16                | 26        | ,09            |
| Pre-test                     | ,15                | 26        | ,13            |
| Post-test                    |                    |           |                |
| <b>Núcleo de Convivencia</b> |                    |           |                |
| Pre-test                     | ,23                | 26        | ,00            |
| Post-test                    | ,27                | 26        | ,00            |

|              |     |    |     |
|--------------|-----|----|-----|
| <b>Total</b> |     |    |     |
| Pre-test     | ,09 | 26 | ,20 |
| Post-test    | ,15 | 26 | ,11 |

---

Si el p-valor  $> 0.05$ , se puede afirmar que las puntuaciones provienen de una distribución normal. Por tanto, se observa en la Tabla 06 que existe una distribución normal en las dos puntuaciones de la Dimensión Personal (pre-test,  $p=0.20$ ; post-test,  $p=0.16$ ), Dimensión Escolar (pre-test,  $p=0.09$ ; post-test,  $p=0.13$ ) y en el Total de autoestima (pre-test,  $p=0.20$ ; post-test,  $p=0.11$ ); además de las puntuaciones obtenidas después de la aplicación del Programa «Quiérete Mucho» de la Dimensión Social (post-test,  $p=0.13$ ).

Por el contrario, las puntuaciones obtenidas en el pre-test ( $p=0.01$ ) en la Dimensión Social no provienen de una distribución normal; así como, las puntuaciones en el pre-test ( $p=0$ ) y post-test ( $p=0$ ) de la Dimensión Núcleo de Convivencia.

Por lo expuesto anteriormente y según el plan de análisis de datos, se empleó el coeficiente no paramétrico W. Wilcoxon por no cumplir con el supuesto de normalidad.



## Anexo 10

### Cronograma

| Actividades  | Mes |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
|--|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
|  | 1   | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Presentación del proyecto para la aprobación del Comité de Ética e inscripción.                                | X   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| Coordinación de aplicación del Programa «Quiérete Mucho» Directora de la Casa Hogar Virgen de Guadalupe.       |     | X | X |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
| Realización de entrevista estructurada a las participantes.  |     |   |   | X |   |   |   |   |   |    |    |    |
| Pre-test: Aplicación de la Adaptación del Inventario de Autoestima Stanley Coopersmith, (SEI) versión escolar. |     |   |   | X |   |   |   |   |   |    |    |    |
| Aplicación del   |     |   |   |   | X | X |   |   |   |    |    |    |



## Anexo 11

### Resultados de la entrevista estructurada

A continuación se describen los resultados de la entrevista estructurada de acuerdo a sus dimensiones:

#### 2.1. Dimensión Personal

**Pregunta 1:** «¿Cuál es la fortaleza con la que más te identificas?»

Previo a la aplicación del Programa, las participantes coincidieron en que no sabían cuáles eran sus fortalezas; no obstante, un porcentaje menor indicó que era ayudar (gráfico 11.1.).

Posterior a la aplicación del Programa, se puede informar que, una proporción de participantes coincidió que su fortaleza es ser responsable; mientras que, una menor proporción indica que es ayudar (gráfico 11.2.).

Gráfico 11.1.  
Resultado de la pregunta «¿Cuál es la fortaleza con la que más te identificas?» Previo a la aplicación del Programa

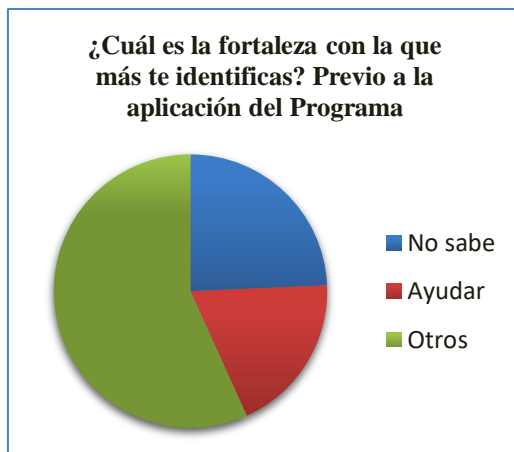
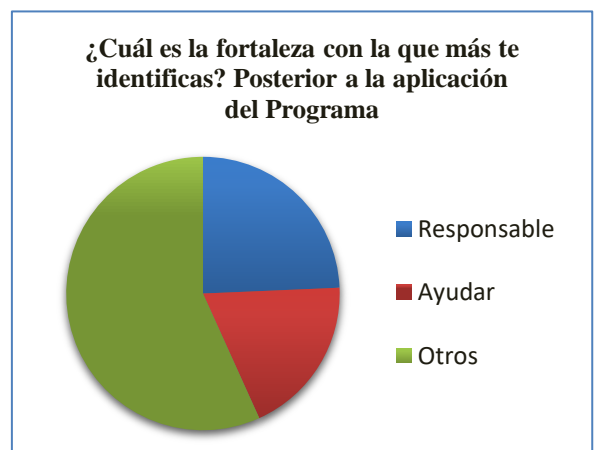


Gráfico 11.2.  
Resultado de la pregunta «¿Cuál es la fortaleza con la que más te identificas?» Posterior a la aplicación del Programa.



**Pregunta 7:** «¿Cómo te sientes siendo la persona que eres?»

Previo y posterior a la aplicación del Programa, la mayoría de adolescentes mencionaron que se sienten bien siendo la persona que son (gráficos 11.3. y 11.4.).

Gráfico 11.3.  
Resultado de la pregunta «¿Cómo te sientes siendo la persona que eres?» Previo a la aplicación del Programa.

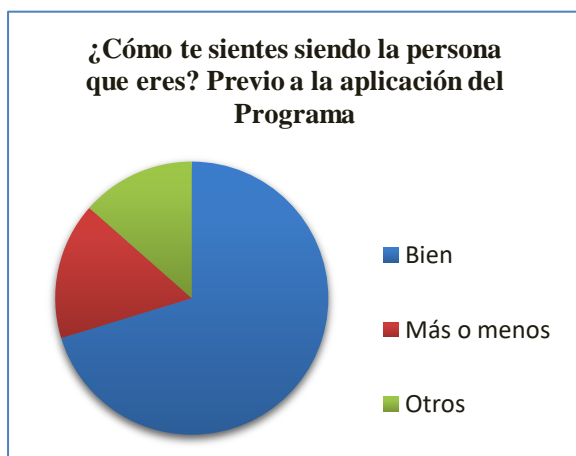


Gráfico 11.4.  
Resultado de la pregunta «¿Cómo te sientes siendo la persona que eres?» Posterior a la aplicación del Programa.



**Pregunta 8:** «En 15 años, ¿qué te haría sentir satisfecha con tu vida?»

Previo a la aplicación del Programa, una proporción de participantes coincidieron en estudiar y ser profesional; no obstante, un porcentaje menor en permanecer con su familia (gráfico 11.5.).

Posterior a la aplicación del Programa, una proporción de participantes destacó el desarrollo personal; mientras que, una proporción inferior indica estudiar y ser profesional (gráfico 11.6.).

Gráfico 11.5.  
Resultado de la pregunta «En 15 años, ¿qué te haría sentir satisfecha con tu vida?» Previo a la aplicación del Programa

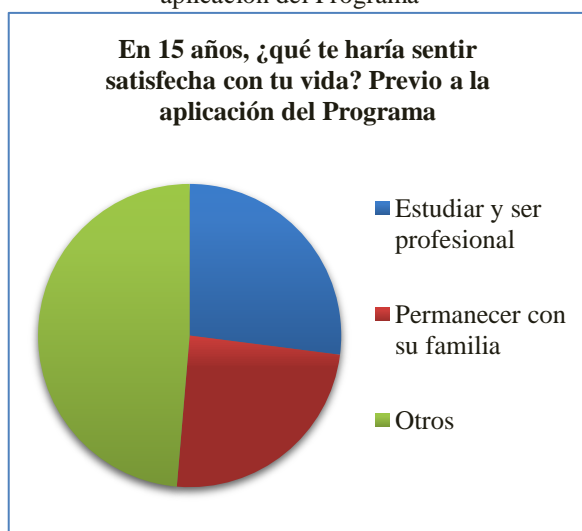
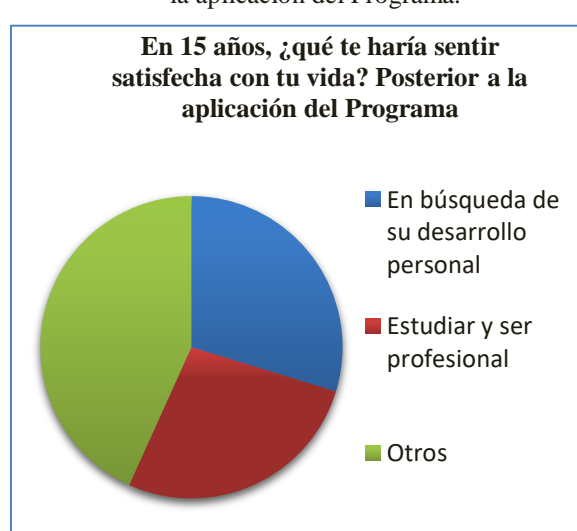


Gráfico 11.6.  
Resultado de la pregunta «En 15 años, ¿qué te haría sentir satisfecha con tu vida?» Posterior a la aplicación del Programa.





### 2.3. Dimensión Social

#### Pregunta 3: «¿Qué sueles hacer ante un problema?»

Previo a la aplicación del Programa, la mayor proporción de menores manifestó que ante un problema suele dirigirse a la capilla y/o hablar con las religiosas; sin embargo, otras participantes prefieren hablar con la persona involucrada (gráfico 11.7).

Posterior a la aplicación del Programa, la mayoría de adolescentes suele hablar con la persona involucrada; no obstante, un menor porcentaje manifiesta que se dirige a la capilla y/o habla con las religiosas (gráfico 11.8).

Gráfico 11.7.  
Resultado de la pregunta «¿Qué sueles hacer ante un problema?» Previo a la aplicación del Programa.

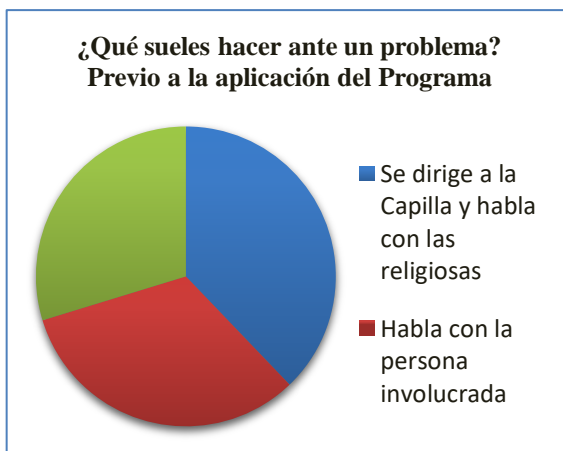
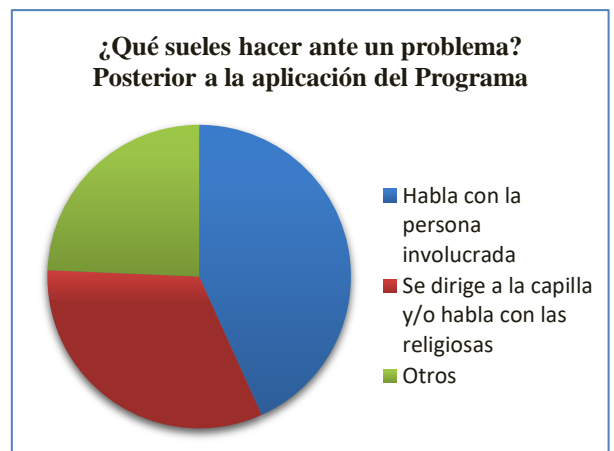


Gráfico 11.8.  
Resultado de la pregunta «¿Qué sueles hacer ante un problema?» Posterior a la aplicación del Programa.



**Pregunta 6:** «¿Disfrutas de las actividades que realizas en la Casa Hogar?»

Previo a la aplicación del Programa, la gran mayoría de adolescentes informaron que disfrutaban de las actividades que realizan en la Casa Hogar; mientras que, una minoría refiere que preferirían no participar en algunas (gráfico 11.9.). Sin embargo, después de la aplicación del Programa, la totalidad de adolescentes afirmaron que disfrutaban de las actividades realizadas en la Casa Hogar (gráfico 11.10.).

Gráfico 11.9.  
Resultado de la pregunta «¿Disfrutas de las actividades que realizas en la Casa Hogar?»  
Previo a la aplicación del Programa.

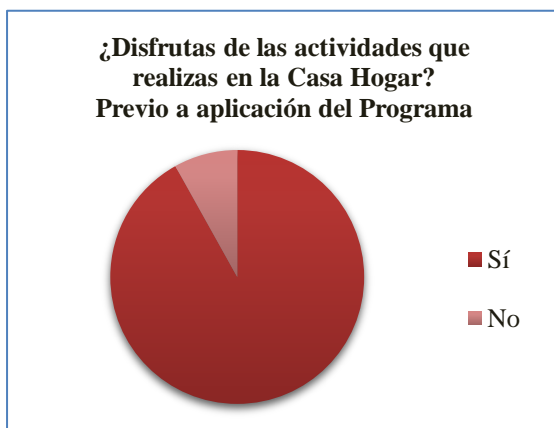
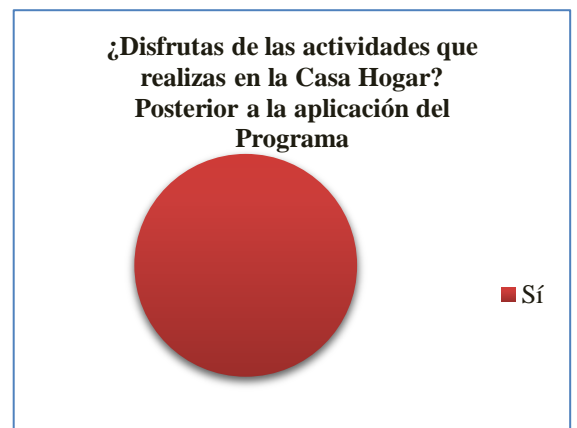


Gráfico 11.10.  
Resultado de la pregunta «¿Disfrutas de las actividades que realizas en la Casa Hogar?»  
Posterior a la aplicación del Programa.



## 2.4. Dimensión Escolar

**Pregunta 2:** «¿Cuáles son tus proyectos académicos, luego de salir de la Casa Hogar?»

Previo a la aplicación del Programa, la mayoría de participantes mencionaron que el proyecto académico posterior a su salida de la Casa Hogar es estudiar una carrera universitaria; sin embargo, una menor proporción indica estudiar una carrera técnica (gráfico 11.11.).

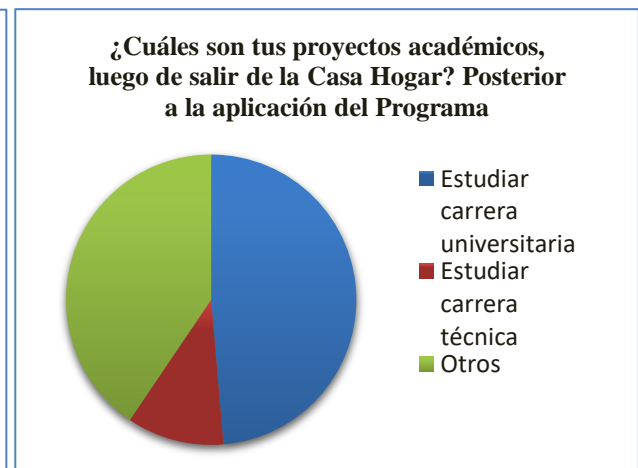
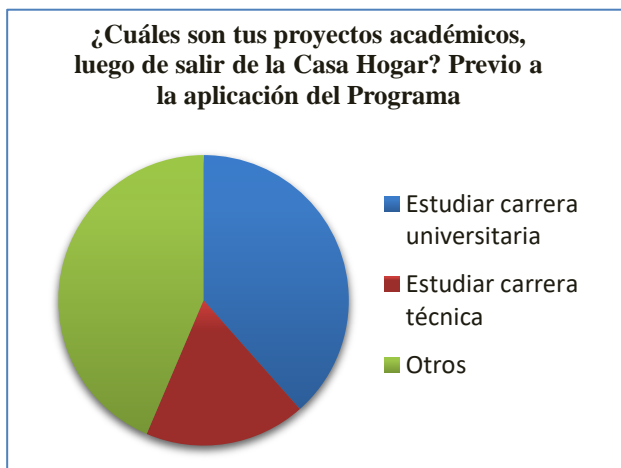
Del mismo modo, posterior a la aplicación del programa, la mayoría de adolescentes manifiesta como su proyecto académico, luego de su salida de la Casa Hogar, estudiar una carrera universitaria; no obstante, un porcentaje inferior menciona estudiar una carrera técnica. Asimismo, refieren estar interesadas en el Programa Nacional Beca 18 (gráfico 11.12.).

Gráfico 11.11.

Resultado de la pregunta «¿Cuáles son tus proyectos académicos, luego de salir de la Casa Hogar?» Previo a la aplicación del Programa.

Gráfico 11.12.

Resultado de la pregunta «¿Cuáles son tus proyectos académicos, luego de salir de la Casa Hogar?» Posterior a la aplicación del Programa.



## 2.5. Dimensión Núcleo de Convivencia

**Pregunta 4:** «¿Cómo es tu relación con las compañeras de la Casa Hogar?»

Previo a la aplicación del Programa, el mayor porcentaje de participantes refiere que la relación con sus compañeras de la Casa Hogar es buena; no obstante, existe una minoría de adolescentes que indican que las relaciones suelen ser «más o menos», y en algunos casos, mala (gráfico 11.13.).

Por otro lado, posterior a la aplicación del Programa, la mayor proporción de participantes refieren que la relación que mantienen con sus compañeras ha mejorado, evidenciándose en acuerdos grupales para fortalecer su autoestima, menor cantidad de peleas, paciencia y amor hacia sus demás compañeras (gráfico 11.14.).

Gráfico 11.13.  
Resultado de la pregunta «¿Cómo es tu relación con las compañeras de la Casa Hogar?» Previo a la aplicación del Programa.

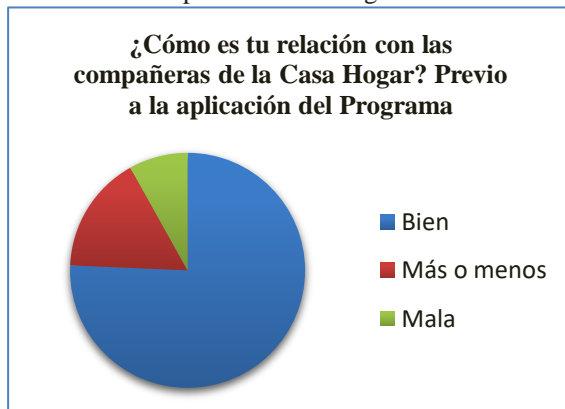
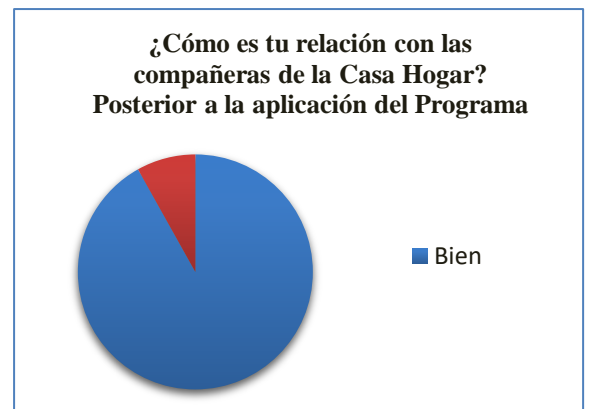


Gráfico 11.14.  
Resultado de la pregunta «¿Cómo es tu relación con las compañeras de la Casa Hogar?» Posterior a la aplicación del Programa.



**Pregunta 5:** «¿Cómo es tu relación con las religiosas de la Casa Hogar?»

Previo y posterior a la aplicación del Programa, la mayor proporción de adolescentes comenta que la relación con las religiosas de la Casa Hogar es buena; sin embargo, existe una minoría de adolescentes que indican que «más o menos» (gráficos 11.15. y 11.16.).

Gráfico 11.15.  
Resultado de la pregunta «¿Cómo es tu relación con las religiosas de la Casa Hogar?» Previo a la aplicación del Programa.

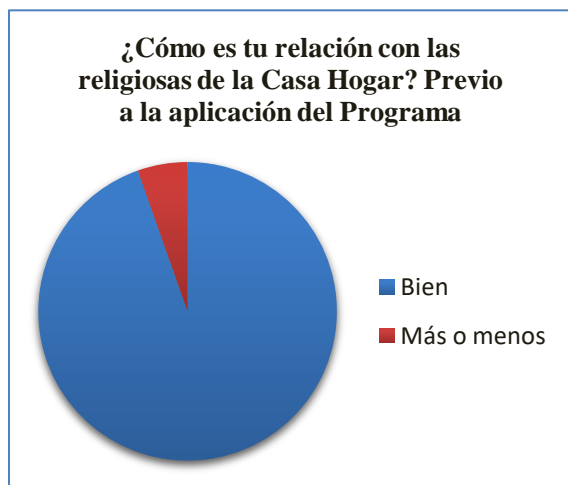


Gráfico 11.16.  
Resultado de la pregunta «¿Cómo es tu relación con las religiosas de la Casa Hogar?» Posterior a la aplicación del Programa.



En cuanto a la información que brindaron las menores en la entrevista estructurada (material de apoyo) luego de participar en el Programa «Quiérete Mucho», se puede destacar algunas citas respecto a la relación que mantienen con las demás adolescentes como por ejemplo: «Las chicas han acordado apoyarse para tener una autoestima alta», «Ahora las valoro más por sus virtudes y valores», «Ahora hay menos discusiones: las veo más tranquilas» y «Las veo mucho mejor. Han arreglado problemas». Del mismo modo, en relación con las religiosas se destaca las siguientes citas: «Mejor, ya no tengo vergüenza, expreso lo que siento para que me puedan entender», «Ahora me llevo mejor, pedí disculpas por mi mal comportamiento» y «Mi relación con ellas ha mejorado, ya no contesto mucho».

Cabe resaltar que las religiosas a cargo de las menores manifestaron su opinión respecto al comportamiento de las menores, enfatizando en que había menos peleas entre ellas, ya que realizaban sus deberes sin protestar, así como, participaban en los talleres extracurriculares y clases escolares con una mejor predisposición. Las religiosas agradecieron por el apoyo que se les brindó a las menores.

## Anexo 12

| <b>PRESUPUESTO DEL PROGRAMA «QUIÉRETE MUCHO»</b> |                               |                   |              |
|--|-------------------------------|-------------------|--------------|
| Cantidad   | Descripción                   | Precio por unidad | Total        |
| 83   | Cartulinas de colores Kanson  | 2                 | 166          |
| 30   | Tijeras                       | 1.50              | 45           |
| 7  | Gomas grandes                 | 3                 | 21           |
| 5m   | Elástico                      | 0.5               | 2.5          |
| 300  | Letras de bisutería           | 10 (x100)         | 30           |
| 105  | Hojas de colores              | 0.2               | 21           |
| 7  | Estuches de plumones delgados | 8                 | 56           |
| 1  | cinta de embalaje             | 2                 | 2            |
| 30   | lapiceros                     | 0.5               | 15           |
| 2  | Ula Ula                       | 5                 | 10           |
| 8  | Papeles Kraft                 | 0.5               | 4            |
| 10   | Temperas de colores           | 1                 | 10           |
| 2  | Plumones negros gruesos       | 2.5               | 5            |
| 1  | Stick name                    | 5                 | 5            |
| <b>TOTAL</b>                                     |                               |                   | <b>397.5</b> |

### Anexo 13

| <b>PRESUPUESTO ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE TESIS</b> |                        |                  |
|--|------------------------|------------------|
| <b>CONCEPTOS</b>                                     |                        | <b>COSTO</b>     |
| Programa «Quiérete Mucho»                            |                        | S/ 397.50        |
| Bienes   | Material de escritorio | S/ 100.00        |
| Servicios  | Impresiones            | S/ 100.00        |
|  | Fotocopias             | S/ 150.00        |
|  | Movilidad              | S/ 230.00        |
|  | Gastos varios          | S/ 20.00         |
| <b>TOTAL</b>   |                        | <b>S/ 997.50</b> |