



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO

**Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación Carrera
de Psicología**

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:
PSICOLOGA CLÍNICA**

TEMA:

**ESTILOS DE APEGO Y AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE
TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BABAHOYO**

AUTOR:

MEDRANO GUILLEN MARIA ALEJANDRA

TUTOR:

Msc. JUAN ANTONIO VERA ZAPARA

BABAHOYO - AGOSTO

2024

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	¡Error! Marcador no definido.
AGRADECIMIENTO	¡Error! Marcador no definido.
AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL/CERTIFICACIÓN DEL TUTOR	¡Error! Marcador no definido.
ACTA DE CALIFICACIÓN DEL TIC	¡Error! Marcador no definido.
INFORME FINAL DEL SISTEMA ANTI-PLAGIO	¡Error! Marcador no definido.
ÍNDICE DE TABLAS	iii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. _ Problema.....	2
1.1 Idea o Tema de Investigación.....	2
1.2 Marco Contextual	2
1.2.1 Contexto Internacional	2
1.2.2 Contexto Nacional	2
1.2.3 Contexto Local	3
1.3 Situación problemática	3
1.4 Planteamiento del problema	4
1.5 Delimitación de la Investigación	5
1.6 Justificación	6
1.7 Objetivo de la Investigación	7
1.7.1 General.....	7
1.7.2 Específicos.....	7
CAPÍTULO II.- MARCO TEÓRICO	8
2.1 Bases teóricas	8
2.1.1 Estilos de apego:.....	8
2.1.1.1 Apego Seguro	8
2.1.1.2 Apego ambivalente:.....	8
2.1.1.3 Apego evitativo	9
2.1.1.4 Apego desorganizado:	9
2.2 Autoestima.....	10

2.2.1 Importancia de la Autoestima.....	10
2.2.3 Niveles de la autoestima.....	11
2.2.3.1 Autoestima alta.....	11
2.2.3.2 Media.....	13
2.2.3.3 Bajo.....	15
2.3 Hipótesis de la investigación.....	16
CAPÍTULO III.- RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	16
3.1 Diseño de la Investigación.....	16
3.2 Tipo de Investigación.....	17
3.3 Métodos y Técnicas.....	17
3.3.1 Técnicas.....	17
3.3.2 Instrumentos.....	17
Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR).....	18
3.4 Población y muestra.....	18
3.4.1 Población.....	19
3.4.2 Muestra.....	19
Criterios de inclusión.....	19
Criterio de exclusión.....	19
3.5 Interpretación de resultados.....	20
3.6 Resultados.....	32
CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	39
4.1 Conclusiones.....	39
4.2 Recomendaciones.....	40
CAPITULO IV.- PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS.....	41
4.1 Propuesta.....	41
4.2 Resultados Esperados De La Alternativa.....	44
Referencias Bibliográficas.....	45
ANEXOS.....	47

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Apego Seguro	20
Tabla 2: Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte.....	20
Tabla 3: Siento confianza en mis seres queridos	21
Tabla 4: Apego inseguro.....	22
Tabla 5: Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo	23
Tabla 6: Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado (a).....	23
Tabla 7: Apego Evitativo	24
Tabla 8: Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas.....	25
Tabla 9: A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres.....	25
Tabla 10: Apego desorganizado	26
Tabla 11: Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos	27
Tabla 12: Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables.....	28
Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR).....	28
Tabla 13 Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente	28
Tabla 14: Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a	29
Tabla 15: En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a	30
Tabla 16: Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.....	30
Tabla 17: Estoy convencido que tengo cualidades buenas.....	31

Tabla de figura

Figura 1: Apego Seguro.....	53
Figura 2: Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte.....	53
Figura 3: Siento confianza en mis seres queridos.....	54
Figura 4: Apego inseguro	54
Figura 5: Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo	55
Figura 6: Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado (a).....	55
Figura 7: Apego Evitativo	56
Figura 8: Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas.....	56
Figura 9: A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres.....	57
Figura 10: Apego desorganizado	57
Figura 11: Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos	58
Figura 12: Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables.	58
Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)	59
Figura 13 Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente	60
Figura 14: Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.....	60
Figura 15: En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.....	61
Figura 16: Hay veces que realmente pienso que soy un inútil	61
Figura 17: Estoy convencido que tengo cualidades buenas.....	62

Resumen

Esta investigación tuvo como propósito determinar la influencia de los estilos de apegos en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes de tercero de bachillerato, con el fin de identificar en primer lugar el estilo de apego predominante en la población objeto de estudio, luego valorar los niveles de autoestimas que presentan los estudiantes y por último recomendar actividades lúdicas que fomenten los estilos de apego funcionales y una alta autonomía para los estudiantes. Es por ello que al hablar de estilos de apegos se hace referencia a los modelos de conducta emocional que se desarrollan por medio de las relaciones interpersonales con personas cercanas que conviven en la vida cotidiana, siendo esto esquemas factores directos que inciden en el desarrollo de vida de los individuos. Por otra parte, se habla de autoestima, misma que se define como la idealización que una persona tiene consigo misma, teniendo un gran impacto en aspectos como el autoconcepto y en la percepción de su valía, este elemento influye directamente en la manera en que nos relacionamos con los demás y en la forma en que nos enfrentamos a los obstáculos que se presentan en nuestra vida cotidiana. Para este estudio se utilizaron técnicas e instrumentos de evaluación mismo que permitieron obtener resultados confiables al momento del estudio, entre los instrumentos de evaluación están: Cuestionario de modelos internos de relaciones de apego– Versión reducida (Camir -R) y Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), los cuales dieron como conclusiones que los estilos de apego influyen en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes en el cual se obtuvo como resultados que los estilos de apego inseguro y evitativo predominan en la población objeto de estudio, mismo que influyen de manera significativa en la autoestima negativa de los estudiantes de 3er años de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo.

Palabras Claves: Estilos de apegos, autoestima, estudiantes, actividades lúdicas

Abstract

This research aimed to determine the influence of attachment styles on the development of self-esteem in third-year high school students, in order to first identify the predominant attachment style in the population under study, then assess the levels of self-esteem presented by the students and finally recommend recreational activities that promote functional attachment styles and high autonomy for the students. That is why when talking about attachment styles, we refer to the models of emotional behavior that are developed through interpersonal relationships with close people who live together in daily life, these schemes being direct factors that affect the development of individuals' lives. On the other hand, we talk about self-esteem, which is defined as the idealization that a person has of himself, having a great impact on aspects such as self-concept and the perception of his worth; this element directly influences the way we relate to others and the way we face the obstacles that arise in our daily lives. For this study, evaluation techniques and instruments were used, which allowed obtaining reliable results at the time of the study. Among the evaluation instruments are: The Internal Models of Attachment Relationships Questionnaire – Reduced Version (Camir -R) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (EAR), which concluded that attachment styles influence the development of students' self-esteem. The results showed that insecure and avoidant attachment styles predominate in the population under study, which significantly influence the negative self-esteem of third-year high school students at the Babahoyo Educational Unit.

Keywords: Attachment styles, self-esteem, students, recreational activities

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se titula “Estilos de apego y autoestima en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo”. Estableciendo que los estilos de apegos son características motivacionales que va desarrollando el ser humano desde su etapa de la infancia en relación con sus figuras parentales, es así como al hablar de estilos de apego se hace referencia a un sistema integrado de emociones que busca mantener el individuo con seres queridos, es por ello que la palabra apego no significa otra cosa más que la tendencia a crear lazos emocionales íntimos con personas específicas. Por otra parte, la autoestima es aquel componente personal que integra un elemento indispensable como lo es la consideración hacia sí mismo, misma que se desarrolla a partir de la interacción humana, los logros, reconocimientos y éxito.

Este estudio tiene como objetivo determinar la influencia de los estilos de apego y la autoestima en estudiantes de bachillerato, a su vez también pretende evaluar la autoestima, cuya finalidad será conocer qué tipo de estilo de apego es factible para el desarrollo de una buena autoestima en los estudiantes, esclareciendo que estos dos componentes determinantes influyen en la calidad de vida de los estudiantes y en el desarrollo de su vida familiar, escolar y social.

La investigación estará desarrollada mediante la siguiente estructura: Parte I, conformada por la introducción, tema de investigación, marco contextual considerando el contexto internacional, nacional y local, seguido de la situación del problema, planteamiento del problema, delimitación de la investigación, justificación, objetivos. Parte II estructurada por marco teórico, hipótesis. Parte III, metodología, tipo de investigación, métodos y técnicas, población y muestra de la investigación y cronograma. Parte V, interpretación de datos, resultado y discusión. Parte VI conclusiones y recomendaciones y finalmente las referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I. _ Problema

1.1 Idea o Tema de Investigación

Estilos de apego y autoestima en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo

1.2 Marco Contextual

1.2.1 Contexto Internacional

Como señala Gómez (2019) en su investigación “estilos de apego y autoestima en adolescentes de una institución educativa privada de la ciudad de Cajamarca-Perú” misma que tuvo como objetivo determinar la relación entre los estilos de apego y el autoestima de la población mencionada, se encontró mediante el cuestionarios de modelos internos de las relaciones de Apego – R que el 89% de los participantes presentaron un apego inseguro ambivalente, el 11% un apego seguro y el 0% un apego inseguro evitativa, mientras que en la escala de autoestima de Rosenberg, se obtuvo que el 39% mostraron un nivel de autoestima medio, seguido del 36 con un alto y por último el 25% con uno bajo, lo que concluye que el estilo de apego predominante en esta población es ambivalente mismo que repercute en la autoestima media, generando indicadores como inseguridad, timidez y ansiedad.

1.2.2 Contexto Nacional

De acuerdo a un estudio desarrollado en la provincia de Chimborazo-Ecuador por Santos (2021), sobre apego, autoestima y funcionamiento familiar en estudiantes de bachillerato, en el que se aplicó Cuestionario de apego Camir-R y los test de autoestima de Rosenberg, se obtuvo que la seguridad fue una de las dimensiones más puntuadas, representando al 80% de la población en general, misma que mostraron diferencias significativas entre la tipología preocupado y evitativo. Por otra parte, se encontró que el indicador predominante de la autoestima fue moderadamente funcional en la población estudiada, estableciendo como conclusión que el apego es un vínculo afectivo que tiene importancia en el desarrollo de la autoestima.

1.2.3 Contexto Local

Según Valdivia (2021) de acuerdo al estudio realizado sobre estilos de apegos y la autoestima en estudiantes de bachillerato del cantón Buena Fe-Provincia de Los Ríos, encontró mediante la aplicación del Cuestionario de modelos internos de relaciones de apego adulto – Versión reducida (Camir –R) y el Inventario de autoestima original versión para adultos de Coopersmith, que el 43.8% de los estudiantes, presentan apego seguro lo que significa que ellos tienen la capacidad de compartir y expresar sus sentimientos con apertura, seguido del 24.3% tienen apego evitativo, el 31.9% de los estudiantes tienen apego ambivalente lo que significa que aprecian sus vínculos de apego, Por lo consiguiente de acuerdo al nivel de autoestima de los estudiantes 15.7% de los estudiantes presentan autoestima baja, esto quiere decir que presentan una evaluación negativa de sí mismos, el 77.6% tienen autoestima media, esto supone adecuada percepción de sí mismo. Finalmente, el 6.7 % tiene autoestima alta, estas personas tienen una adecuada apreciación de sí mismos que tiene base en lo afectivo y cognitivo, llegando a la conclusión que no se encontró relación significativa entre estilos de apego y la edad de los estudiantes de bachillerato. Es decir, el estilo de apego no variaría significativamente entre las edades comprendidas la muestra de la presente investigación.

1.3 Situación problemática

En la actualidad, los lazos afectivos creado desde la etapa de la infancia hasta la adultez juegan un papel fundamental en el desarrollo de las etapas de vida de los adolescentes y estudiantes, debido a que las relaciones interpersonales que se desarrollan desde el hogar repercuten de manera significativa en características propias del ser humano, considerando a la autoestima como un agente importante que integra la apariencia física como un todo en la etapa de la adolescencia, destacando que en esta etapa en los individuos sufren diferentes cambios, mismo que los vuelve vulnerables a manipulaciones físicas, psicológicas y sociales por parte de sus pares.

En el entorno escolar, los estilos de apego y la autoestima son indispensable para la instrucción formal de los adolescentes, debido a que es un agente motivacional

que lo impulsa a seguir adelante, sin embargo, situaciones o problemáticas negativas como el bullying han desarrollado una serie de afectaciones a nivel físico y psicológico del estudiante que lo experimenta, teniendo como resultado una baja autoestima que conlleva al estudiante o joven a recaer en una serie de situaciones frustrantes como no ir al colegio por miedo que sus pares se burlen, aislarse de la sociedad por las diferentes cambios que se producen a nivel hormonal y fisiológico. Además, es importante considerar que, si desde temprana edad los padres no son responsables de crear en sus hijos un apego seguro y éxitos, lo más probable es que sus progenitores creen lazos afectivos difusos, inseguros en donde la principal causa o consecuencia será el deterioro de sus aspectos físicos y psicológicos.

Es así como, por otra parte, al desarrollarse un estilo de apego inseguro durante la niñez y la adolescencia este podría incidir de manera significativa en la insatisfacción o preocupación de autoestima corporal, siendo estos dos elementos los posibles desencadenantes como trastornos de conducta alimentaria y como del estado de ánimo y esto lo pueden comprobar estudios realizados por la Universidad del Valle Colombia, en la que se evaluó un grupo de estudiantes, los cuales se vieron influenciados por amigos, pares y compañeros, evidenciándose que un 79,3 % les preocupa engordar, siendo esta proporción similar a lo encontrado a nivel individual (76,6%); para disminuir esto, refieren que el 75,6% realizan ejercicio, el 72,1% realiza dieta estricta poniendo en riesgo su salud y el 12,6% de los adolescentes consumen pastillas para adelgazar. (Rodríguez y Mina, 2008).

1.4 Planteamiento del problema

¿Cómo influyen los estilos de apego en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo?

1.5 Delimitación de la Investigación

La investigación, estará debilitada de la siguiente forma:

Delimitación Temática:

La investigación tendrá como finalidad determinar la influencia de los estilos de apego y la autoestima en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa “Babahoyo”

Delimitación espacial:

El presente estudio se llevará a cabo en la Unidad Educativa Fiscal “Babahoyo” ubicada en la provincia de Los Rios, ciudad de Babahoyo, en la Av. Luis Enrique Ponce, frente al Terminal Terrestre.

Delimitación Temporal:

Este estudio se desarrollará durante el periodo académico abril-noviembre del año 2024

Delimitación Conceptual

Para sustentar este estudio, se utilizará la teoría de John Bowlby, misma que dará conceptualizará en el marco teórico del proyecto, incluyendo las subvariables tipos de estilos de apego y la variable dependiente como lo es la autoestima.

Delimitación Poblacional

Se determinó la muestra, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, misma que dio como resultado a 50 estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo, fueron seleccionados bajo los criterios de inclusión y exclusión.

1.6 Justificación

El presente trabajo de investigación se titula “Estilos de apego y autoestima en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo”, considerando que el apego y la autoestima son dos componentes afectivos que juegan un papel fundamental en el desarrollo vital del ser humano. Este estudio es de interés debido a que en la actualidad los conflictos psicológicos en la población de adolescentes han incrementado, es por ello que su importancia radica en conocer como el apego y autoestima pueden influir en el desarrollo personal, social, académico y familiar del individuo.

Esta investigación se desarrollará bajo la línea de investigación clínica y forense y sublínea de investigación evaluación psicología clínica y forense, la cual permitirán evaluar a la población objeto de estudio y así obtener datos fiables de la realidad o situación problemática actual. Por lo consiguiente los beneficiarios directos de la investigación serán los estudiantes del tercero de bachillerato de la institución educativa Babahoyo, Por otra parte, los beneficiarios indirectos serán padres de familia y docentes, mismo que son protagonista del desarrollo de aprendizaje del estudiante. Además, esta investigación es factible realizarla debido a la predisposición de los recursos humanos materiales y científicos que se dispone al momento de la investigación y gracias a que se cuenta con la población necesaria para poder determinar los resultados confiables del estudio.

Finalmente, para este estudio se optó por seleccionar un tipo de investigación descriptiva, debido a que se pretende describir el objeto de estudio, el diseño no experimental porque no se van a manipular la variable independiente sino analizar el fenómeno desde su contexto natural, es de corte transaccional por el hecho que los instrumentos de recolección de datos serán aplicados en un momento determinado, en otras palabras, solamente una vez. El enfoque que se utilizará será cuantitativo debido a que se obtendrán resultados cuantitativos para evaluar las variables de estudio, entre los instrumentos que se utilizarán están el cuestionario de modelos internos de las relaciones de Apego – R y el inventario de autoestima original versión para adultos de Coopersmith.

1.7 Objetivo de la Investigación

1.7.1 General

- Determinar la influencia de los estilos de apego en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo

1.7.2 Específicos

- Identificar el estilo de apego predominante en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo
- Valorar los niveles de autoestima que presentan los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo
- Recomendar actividades lúdicas para fomentar estilos de apegos funcionales y una alta autonomía para los estudiantes de tercero de bachillerato.

CAPÍTULO II.- MARCO TEÓRICO

2.1 Bases teóricas

2.1.1 Estilos de apego:

El apego hace énfasis a los modelos de conducta emocional que se desarrollan por medio de las relaciones interpersonales con personas cercas que conviven en la vida cotidiana (Smith y Johnson, 2021). Estos esquemas tienen un impacto directo en las personas que lo experimentan y la perciben debido a que el uso de aquellos permite a individuo enfrentar diferentes situaciones que se desarrollan durante las etapas de vida, como por ejemplo las etapas de la intimidad y separación, es así como entre los estilos de apego más relevantes están: son el seguro, el ambivalente, el evitativo y el desorganizado.

2.1.1.1 Apego Seguro

El apego seguro se diferencia a otros por poseer relaciones interpersonales sanas, donde las personas se sienten seguras con los demás y se sienten esa confianza para indagar su medio ambiente que los rodea (Johnson y Smith, 2021). Este estilo aumenta la autonomía y la intimidad emocional, permitiendo relaciones seguras y satisfactorias a lo largo del tiempo. Las personas con un apego seguro tienden a tener una autoestima saludable y una mayor capacidad para regular las emociones (García y Martínez, 2022).

También suelen caracterizarse por ser abiertas a compartir sus sentimientos y experiencias con los demás, lo que fortalece la conexión emocional en sus relaciones interpersonales. Los adultos con apego seguro suelen tener relaciones de pareja más satisfactorias y estables, ya que se sienten cómodos con la intimidad emocional y la dependencia mutua (López y Pérez, 2020). Este estilo de apego se considera un factor protector contra el estrés y la ansiedad en las relaciones.

2.1.1.2 Apego ambivalente:

El apego ambivalente se identifica por medio de una preocupación excesiva por el rechazo y la necesidad constante de validación por parte de los demás (García y Martínez, 2022).

Los individuos con este estilo de apego pueden experimentar crisis de ansiedad en las relaciones y tener dificultades para establecer límites saludables. Los individuos con apego ambivalente pueden tener una autoestima fluctuante y una visión negativa de sí mismos, lo que puede dificultar la formación de relaciones estables y satisfactorias (López y Pérez, 2020).

También pueden ser propensos a comportamientos de búsqueda de atención y a necesitar constantes muestras de afecto y validación. Aunque las personas con apego ambivalente pueden anhelar la intimidad emocional, también pueden sentirse incómodas con la dependencia en las relaciones interpersonales (Fernández et al., 2023). Esto puede llevar a una dinámica de relación tumultuosa, con altibajos emocionales y conflictos frecuentes.

2.1.1.3 Apego evitativo

El apego evitativo se da por la tendencia a evitar la intimidad emocional y la dependencia en las relaciones interpersonales (López & Pérez, 2020). Las personas con este estilo de apego pueden ser reacias a comprometerse emocionalmente y pueden preferir la independencia y la autonomía personal. Tienen dificultades para confiar en los demás y pueden ser distantes emocionalmente en sus relaciones.

Además, pueden tener una autoestima que depende en gran medida de la independencia y la autosuficiencia, lo que puede dificultar la formación de relaciones íntimas y satisfactorias (Fernández et al., 2023). Las personas con apego evitativo pueden verse a sí mismas como autosuficientes y pueden tener dificultades para expresar sus necesidades emocionales a los demás.

2.1.1.4 Apego desorganizado:

El apego desorganizado se caracteriza por una falta de coherencia en las respuestas emocionales y un comportamiento inconsistente en las relaciones interpersonales (García & Martínez, 2022).

Este estilo de apego puede estar relacionado con experiencias traumáticas en la infancia y puede manifestarse en dificultades para regular las emociones y mantener relaciones estables y saludables. Las personas con este estilo de apego pueden experimentar miedo a la intimidad y pueden tener dificultades para confiar en los demás.

2.2 Autoestima

La autoestima es un elemento sustancial en el desarrollo personal de cada individuo. Se define como la idealización que una persona tiene consigo misma, teniendo un gran impacto en aspectos como el autoconcepto y en la percepción de su valía. Según Branden (2019), la autoestima se construye a lo largo de la vida a través de las experiencias, interacciones sociales y logros personales. Es un pilar en la estructura psicológica que determina la forma en que enfrentamos los desafíos y las adversidades.

La autoestima influye directamente en la manera en que nos relacionamos con los demás y en la forma en que nos enfrentamos a los obstáculos que se presentan en nuestra vida cotidiana. Tener una autoestima saludable nos permite establecer límites claros, ser asertivos y tomar decisiones conscientes que estén alineadas con nuestras verdaderas necesidades y deseos (García, 2020). Cuando confiamos en nosotros mismos y creemos en nuestras capacidades, somos más resilientes frente a las críticas y los fracasos.

2.2.1 Importancia de la Autoestima

La importancia de la autoestima radica en su influencia en todos los aspectos de nuestra vida. Desde nuestras relaciones interpersonales hasta nuestro rendimiento académico y laboral, la autoestima juega un papel determinante. Según Montero (2021), las personas con una autoestima sólida tienden a experimentar mayor bienestar emocional y a afrontar los retos con mayor optimismo y perseverancia. Por el contrario, aquellos con una autoestima baja pueden experimentar sentimientos de inutilidad, ansiedad y depresión.

Uno de los beneficios más significativos de tener una autoestima positiva es la capacidad de tomar decisiones de manera más consciente y acertada. Cuando confiamos en nuestras habilidades y en nuestro valor como individuos, nos sentimos más capaces de perseguir nuestros sueños y metas, independientemente de los obstáculos que puedan surgir en el camino (Ruiz, 2020). Una autoestima sólida nos brinda la fortaleza emocional necesaria para superar las adversidades y aprender de las experiencias desafiantes.

Además, la autoestima está estrechamente relacionada con el autocuidado y la salud mental. Las personas que se valoran a sí mismas tienden a cuidar mejor de su bienestar físico y emocional, adoptando hábitos saludables y procurando entornos que promuevan su desarrollo personal (Pérez, 2019). Por el contrario, aquellos con una autoestima baja pueden descuidar su salud, caer en patrones autodestructivos y experimentar un mayor nivel de estrés y ansiedad en su día a día.

La autoestima es un pilar fundamental en la construcción de la identidad y el bienestar emocional de cada individuo. Tener una autoestima saludable nos brinda la confianza y la seguridad necesarias para desarrollarnos plenamente, enfrentar los desafíos con determinación y establecer relaciones interpersonales satisfactorias (Sánchez, 2021).

2.2.3 Niveles de la autoestima

2.2.3.1 Autoestima alta

Según la psicología, la autoestima alta se caracteriza por una sólida confianza en uno mismo y una actitud positiva hacia la vida. Las personas con una autoestima alta suelen ser capaces de enfrentar desafíos con determinación y creer en su valía personal. Esto les permite establecer relaciones saludables y alcanzar sus metas con mayor facilidad (Harter, 2003).

Una persona con alta autoestima tiene una percepción positiva de sí misma. Siente confianza en sus capacidades, valora sus éxitos y reconoce sus cualidades. Este tipo de personas suelen ser optimistas y afrontan las adversidades con una actitud proactiva.

1. Confianza en sí mismo: Las personas con alta autoestima tienen una confianza sólida en sus habilidades y decisiones. Esto les permite abordar desafíos con una actitud positiva. Sienten que pueden enfrentar situaciones difíciles con resiliencia. Creen en su capacidad para resolver problemas. La autoconfianza les ayuda a mantener la calma bajo presión. No se desmoronan fácilmente ante el fracaso. Ven los obstáculos como oportunidades para crecer.

2. Aceptación: Quienes tienen una alta autoestima aceptan tanto sus fortalezas como sus debilidades. No se juzgan duramente por sus errores. Ven los errores como oportunidades de aprendizaje. Tienen una autoimagen equilibrada y realista. Aceptan que no son perfectos. Esta aceptación les permite mejorar continuamente. No se dejan llevar por la negatividad interna.

3. Independencia: Estas personas toman decisiones y actúan de manera independiente. No dependen excesivamente de la aprobación de los demás. Tienen una fuerte sensación de autovaloración. Sus acciones no están fuertemente influenciadas por opiniones externas. Confían en su propio juicio. Pueden tomar decisiones difíciles por sí mismos. Esto refuerza su autonomía y autoconfianza.

4. Resiliencia: La resiliencia es una característica clave de la alta autoestima. Manejan bien el estrés y las dificultades. Se recuperan rápidamente de los contratiempos. Ven las experiencias negativas como oportunidades para aprender. No se sienten derrotados fácilmente. Su capacidad de adaptarse a los cambios es alta. Mantienen una actitud positiva ante los desafíos.

5. Relaciones Saludables: Las personas con alta autoestima tienen relaciones interpersonales sanas. Valoran y respetan a los demás. Esperan lo mismo a cambio. Sus relaciones están basadas en la igualdad y el respeto mutuo. Son capaces de comunicarse de manera efectiva. No toleran el maltrato ni la falta de respeto. Estas relaciones les brindan apoyo y bienestar emocional.

6. Optimismo: Tienden a tener una perspectiva optimista de la vida. Mantener una actitud positiva es una característica común. Ven el lado bueno de las situaciones. Esto mejora su bienestar general y su salud mental. El optimismo les ayuda a superar los

momentos difíciles. Creen que las cosas pueden mejorar con el tiempo. Esta actitud positiva influye en su entorno.

7. Autoeficacia: Sienten que tienen control sobre sus vidas. Creen que pueden influir en los resultados de sus acciones. Esta sensación aumenta su motivación. Les permite perseguir y alcanzar sus metas con determinación. La autoeficacia refuerza su autoestima. Tienen confianza en sus capacidades para tener éxito. Esta creencia les impulsa a seguir adelante.

8. Satisfacción Personal: Experimentan una alta satisfacción personal. Se sienten contentos con quienes son. Están satisfechos con lo que han logrado. Esta satisfacción refuerza su autoestima. Tienen un sentido de realización. Valoran sus esfuerzos y logros. Esto contribuye a su bienestar emocional.

2.2.3.2 Media

Por otro lado, la autoestima media se refiere a un nivel de confianza en uno mismo que puede fluctuar dependiendo de las circunstancias. Las personas con una autoestima media pueden sentirse seguras en algunos aspectos de sus vidas, pero inseguras en otros. Esto puede llevar a una cierta inestabilidad emocional y dificultades para tomar decisiones (Rodewald, 2010).

1. Fluctuación: La autoestima media se caracteriza por fluctuaciones en la autoconfianza. En algunas situaciones, pueden sentirse muy seguros. En otras, pueden dudar de sus capacidades. Estas variaciones dependen del contexto y de experiencias recientes. La autoestima no es completamente estable. Pueden pasar de sentirse bien a sentirse inseguros rápidamente. Esta fluctuación afecta su comportamiento y decisiones.

2. Autoevaluación Crítica: Suelen tener una autoevaluación crítica pero equilibrada. Reconocen tanto sus logros como sus áreas de mejora. Pueden ser duros consigo mismos, pero no hasta paralizarse. Utilizan la crítica para motivarse a mejorar. No se castigan excesivamente por sus errores. Tienen una visión realista de sus capacidades. Buscan aprender y crecer continuamente.

3. Comparación: Las personas con autoestima media a menudo se comparan con los demás. Estas comparaciones pueden ser motivadoras o desalentadoras. Depende del resultado de la comparación. Si se comparan favorablemente, su autoestima aumenta. Si se comparan desfavorablemente, puede disminuir. Esta tendencia a compararse puede influir en su percepción de sí mismos. Es un factor importante en su bienestar emocional.

4. Necesidad de Aprobación: Aunque son relativamente independientes, buscan aprobación externa en ciertos aspectos. Esta validación puede influir en sus decisiones y acciones. Necesitan sentirse aceptados por los demás. La aprobación externa puede reforzar su autoestima. La falta de aprobación puede hacerlos sentir inseguros. Su autoconfianza depende parcialmente de las opiniones de los demás. Buscan equilibrio entre la independencia y la necesidad de aprobación.

5. Resiliencia Moderada: Tienen una resiliencia moderada frente al estrés y las dificultades. Pueden manejar situaciones estresantes. Sin embargo, necesitan más tiempo o apoyo para recuperarse de los contratiempos. Su capacidad de adaptación es buena pero no excelente. La resiliencia puede variar según la situación. No se rinden fácilmente, pero necesitan más recursos para sobreponerse. Su capacidad de recuperación es razonable pero no óptima.

6. Relaciones Interpersonales Mixtas: Las relaciones pueden ser saludables, aunque dependen de la validación externa. A veces pueden experimentar altibajos en sus relaciones. Su nivel fluctuante de autoestima influye en sus interacciones. Buscan relaciones que refuercen su autoestima. Pueden tener conflictos si no reciben la validación que necesitan. Trabajan en mantener relaciones equilibradas. La calidad de sus relaciones varía con su autoestima.

7. Perspectiva Balanceada: Tienen una perspectiva de la vida generalmente equilibrada. Pueden ser optimistas en algunos aspectos y más pesimistas en otros. Su visión del mundo es moderadamente positiva.

8. Satisfacción Variable: La satisfacción personal varía dependiendo de las circunstancias. Pueden sentirse satisfechos en algunas áreas de su vida. En otras, pueden sentirse insatisfechos o inseguros. Esta variabilidad afecta su bienestar

general. Buscan mejorar continuamente para aumentar su satisfacción. Su sentido de logro fluctúa con sus experiencias. Trabajan en mantener una visión positiva de sí mismos.

2.2.3.3 Bajo

Finalmente, la autoestima baja se caracteriza por una percepción negativa de uno mismo y una falta de confianza en las propias habilidades. Las personas con una autoestima baja tienden a sentirse inseguras, desvalorizadas y sufrir de una autoimagen distorsionada. Esto puede afectar su bienestar emocional, relaciones interpersonales y rendimiento académico o laboral (Baumeister et al., 2003).

1. Inseguridad: Las personas con baja autoestima suelen dudar de sus capacidades. Se sienten inferiores a los demás. Esta inseguridad afecta su comportamiento y decisiones. Tienen una autoconfianza muy baja. Temen constantemente no estar a la altura. Esta percepción negativa influye en todos los aspectos de su vida. Les cuesta mucho confiar en sí mismos.

2. Auto-Crítica: Son excesivamente críticos y duros consigo mismos. Cada error se magnifica en su mente. Ven sus fallos como reflejos de su valor personal. La autocrítica constante les impide ver sus logros. Tienen una visión muy negativa de sí mismos. Esta autocrítica afecta su bienestar emocional. Se sienten atrapados en un ciclo de negatividad.

3. Dependencia: Dependen mucho de la aprobación y el reconocimiento de los demás. Su autoestima está ligada a la validación externa. Buscan constantemente la aceptación de los demás. Esta dependencia puede ser paralizante. Temen el rechazo y la crítica. Sus decisiones se basan en lo que otros piensan de ellos. No tienen una fuerte sensación de autovaloración.

4. Temor al Fracaso: Pueden evitar nuevas experiencias por miedo al fracaso. Este temor les impide tomar riesgos. Prefieren quedarse en su zona de confort.

Ven el fracaso como una confirmación de su falta de valor. Esto limita su crecimiento y desarrollo personal. El miedo al fracaso es una barrera constante. Les impide alcanzar su verdadero potencial.

5. Relaciones Problemáticas: Pueden tener dificultades para establecer y mantener relaciones saludables. Su inseguridad afecta sus interacciones sociales. Pueden ser demasiado complacientes o dependientes. Esto puede llevar a relaciones desequilibradas o tóxicas. Les cuesta confiar en los demás y en sí mismos. Sus relaciones suelen ser conflictivas. No experimentan el apoyo emocional necesario.

6. Autoimagen Negativa: Tienen una autoimagen muy negativa. Se enfocan en sus defectos y debilidades. Les cuesta ver sus cualidades positivas. Esta visión negativa afecta su autoestima. Creen que no son dignos de amor o éxito. Esta percepción influye en sus pensamientos y emociones. Su autoimagen deteriorada es una carga constante.

7. Falta de Autoeficacia: No sienten que tienen control sobre sus vidas. Creen que no pueden influir en los resultados de sus acciones. Esta falta de autoeficacia disminuye su motivación. Se sienten impotentes ante los desafíos. No confían en sus capacidades para tener éxito. Esta creencia limita sus oportunidades. Su falta de autoeficacia refuerza su baja autoestima.

8. Bajo Bienestar Emocional: Su bienestar emocional es generalmente bajo. Sienten una falta de satisfacción personal. La baja autoestima afecta su felicidad y satisfacción. Pueden experimentar altos niveles de ansiedad y depresión. Les cuesta encontrar alegría en las actividades diarias. Su bienestar general está comprometido. Necesitan apoyo para mejorar su autoestima y bienestar.

2.3 Hipótesis de la investigación

Los estilos de apego influyen en el desarrollo de la autoestima de los de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo

CAPÍTULO III.- RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Diseño de la Investigación

Este estudio se llevará a cabo mediante un diseño no experimental de tipo transaccional, dicho diseño nos permitirá observar, describir y analizar las características, frecuencias, asociaciones y diferencias de la población objeto de estudio, se utilizó el corte transaccional porque los test aplicados serán administrados en un tiempo determinado, es decir en un momento específico (Hernández et al., 2010).

3.2 Tipo de Investigación

El presente estudio asumirá un tipo de investigación descriptiva, para Dankhe (1986) indica que “los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de las personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” (p.14).

3.3 Métodos y Técnicas

Entre los métodos que se aplicaron para el siguiente estudio están: El analítico y bibliográfico, mismo que permitieron efectuar un análisis exhaustivo de la población de estudio y bibliográfico porque se utilizaron diferentes aportes de diferentes teóricos investigativos.

3.3.1 Técnicas

La observación, es una técnica que dentro de la investigación permitió obtener información de manera objetiva, con el fin de analizar los comportamientos, indicadores y características de la población objeto de estudio, mediante esta técnica se pudo corroborar el estado en el que se encontraba la población estudiada.

3.3.2 Instrumentos

Cuestionario de modelos internos de relaciones de apego– Versión reducida (Camir -R). El Cuestionario de Modelos Internos de Relaciones de Apego – Versión reducida (CaMir-R) es un instrumento diseñado para evaluar los modelos internos de relaciones de apego en jóvenes y adultos, es otras palabras evalúa las representaciones mentales internalizadas que se forman a partir de las experiencias de vida del niño con sus padres o cuidadores principales, centrándose primordialmente en las cogniciones relacionadas con el apego, como creencias sobre la disponibilidad, la confianza y la seguridad en las relaciones. Respecto a su calificación y la interpretación dependen de las respuestas de los participantes en las diferentes escalas. En general, se analizan las puntuaciones en cada escala para comprender los patrones de apego y las creencias subyacentes. Sin embargo, debido a la falta de detalles específicos, te recomiendo consultar fuentes adicionales o investigaciones más recientes para obtener información detallada sobre la calificación e interpretación del CaMir-R.

Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)

La Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) es una herramienta psicológica creada por el sociólogo estadounidense Morris Rosenberg en 1965 para medir el nivel de autoestima de las personas. Esta escala incluye 10 afirmaciones relacionadas con el sentimiento de valía personal y la autoaceptación.

Los adolescentes deben responder a cada afirmación utilizando una escala de cuatro puntos: "Totalmente en desacuerdo", "En desacuerdo", "De acuerdo" y "Totalmente de acuerdo". La evaluación toma alrededor de 5 minutos y analiza dos dimensiones de la autoestima, tanto positiva como negativa, en niveles bajos, medios y altos. La puntuación total puede variar entre 10 y 40, con puntuaciones superiores a 30 indicando una autoestima positiva y puntuaciones inferiores a 25 indicando una autoestima negativa. Además, la fiabilidad de la EAR ha sido respaldada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, que superó el 0.80 en la investigación realizada por Ventura y colaboradores (2018), un valor considerado adecuado para la estandarización de una prueba psicológica.

3.4 Población y muestra

3.4.1 Población

La población estará conformada por 80 estudiante del tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo, cuyas edades oscilan entre los 16 a 21 años

3.4.2 Muestra

Se utilizará un muestreo no probabilístico por conveniencia, misma se basará bajo los criterios de inclusión y exclusión, teniendo como resultado a 50 estudiantes del tercero de bachillerato

Criterios de inclusión

- Alumnos mayores de 16 años de edad
- Sean de nacionalidad ecuatoriana
- Se encuentren matriculados en 3año de bachillerato

Criterio de exclusión

- Posean alguna discapacidad intelectual
- Menores de 16 años

3.5 Interpretación de resultados

Cuestionario de modelos internos de relaciones de apego– Versión reducida (Camir -R)

Apego Seguro

Tabla 1

Cuando yo era niño(a), mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	20	40%
Desacuerdo	30	60%
Neutro	0	0%
De acuerdo	0	0%
Totalmente de acuerdo	0	0%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Referente a los datos obtenidos en el cuestionario de modelos internos de relaciones de apegos, se puede interpretar en la siguiente tabla que el 60% de los estudiantes manifestaron estar en desacuerdos en relación al ítem que indica que cuando eran niños sus seres queridos lo hacían sentir que le gustaba compartir su tiempo con ellos, seguido del 40% que manifestaron estar en total desacuerdo que cuando eran niños sus seres queridos lo hacían sentir que le gustaba compartir su tiempo con ellos, esto indica que la mayor parte de tiempo lo estudiantes no contaban con personas con las cuales podían compartir su tiempo, misma que les hacía sentir personas poco valoradas, ignoradas o queridas por sus seres queridos.

Tabla 2

Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	9	18%
Desacuerdo	10	20%
Neutro	25	50%
De acuerdo	1	2%
Totalmente de acuerdo	5	10%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenidos en el cuestionario, se puede interpretar en la presente tabla que el 50% de la población, mostraron sentirse neutro en relación al a cuando eran niños encontraron suficiente cariño en sus seres queridos como para no buscarlo en otra parte, seguido del 20% que mostraron estar en desacuerdo, posterior aquello el 18% se mostraron en total desacuerdos acuerdo con este ítem. No obstante, el 10% de la población indicaron estar totalmente de acuerdo que cuando eran niños encontraron suficiente cariño en sus seres queridos como para no buscarlo en otro seguido, del 2% que indicaron estar de acuerdo, lo que expresa que durante la infancia el estudiante no recibió demasiado afecto durante su infancia desarrollando en ellos desconfianza, falta de seguridad y apego por sus seres queridos.

Tabla 3

Siento confianza en mis seres queridos

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	45	90%
Desacuerdo	5	10%
Neutro	0	0%
De acuerdo	0	0%
Totalmente de acuerdo	0	0%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenidos en el cuestionario de modelos internos de relación de apego, en la tabla se puede observar que el 90% de la población manifestaron estar en total desacuerdo en relación con sentir confianza en sus seres queridos, seguido del 10% que indicaron estar en acuerdo con lo ante mencionado en el ítem, esto indica que existe un nivel de desconfianza alto, lo genera inseguridad, emociones negativas como tristeza, irritación, baja autoestima y autoconfianza en sí mismo en los estudiantes.

Apego inseguro

Tabla 4

La idea de una separación momentánea de uno de mis seres queridos, me deja una sensación de inquietud.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	0	0%
Desacuerdo	0	0%
Neutro	5	10%
De acuerdo	10	20%
Totalmente de acuerdo	35	70%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenidos en el presente cuestionario, se puede interpretar en la tabla que el 70% de la población está totalmente de acuerdo en la idea que una separación momentánea con uno de sus seres queridos le genera una sensación de inquietud, seguido del 20% que indicaron estar de acuerdo. No obstante, el 10% indicaron que es neutra la idea de que una separación momentánea de uno de sus seres queridos les dejaría una sensación de inquietud, lo que indica que la mayor parte de la población de estudio experimentar pensamientos y sentimientos de preocupación y molestar ante la posibilidad de estar temporalmente alejada de sus seres queridos, por lo cual puede desarrollar problemas a nivel de dependencia.

Tabla 5

Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	2	4%
Desacuerdo	3	6%
Neutro	0	0%
De acuerdo	20	40%
Totalmente de acuerdo	25	50%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Respecto a los datos obtenidos en el cuestionario se puede interpretar en la tabla que, el 50% de la población indicaron estar totalmente de acuerdo en la frase que manifiesta que cuando se aleja de sus seres queridos no se siente bien consigo mismo, seguido del 40% que indicaron a la vez estar de acuerdo. No obstante, el 6% de la población indicaron estar en desacuerdos en el ítem que indica que cuando se aleja de sus seres queridos no se siente bien consigo mismo, seguido del 4% que implicaron estar en total desacuerdo, lo que refleja que existe por parte del estudiante malestar interno y falta de bienestar cuando están lejos de personas que son importante para ellos, mismo que tienen una afectación significativa en el área emocional.

Tabla 6

Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado (a)

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	5	10%
Desacuerdo	10	20%
Neutro	5	10%
De acuerdo	15	30%
Totalmente de acuerdo	15	30%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenidos en el cuestionario, se puede observar en la tabla que el 30% de la población indicaron estar totalmente de acuerdo en el enunciado que indica que cuando eran niños se preocupaba tanto por su salud y seguridad que se sentían aprisionados, seguidos del 30% que también indicaron estar de acuerdo en el mismo ítem. Por el contrario, el 20% manifestaron que están en desacuerdo en el ítem que indica que cuando eran niños se preocupaban tanto por su salud y su seguridad que se sentían aprisionados, seguido del 10% que indicaron que se sentían neutros y el 10% restante que estaban en total desacuerdo con relación al enunciado del presente, esto establece que existía no existía protección por parte de los padres o seres queridos por lo cual la ansiedad y la desesperación por mantener una buena salud limitada a los estudiantes hacer actividades que le generaban libertad o emoción.

Apego Evitativo

Tabla 7

Detesto el sentimiento de depender de los demás

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	0	0%
Desacuerdo	0	0%
Neutro	0	0%
De acuerdo	20	40%
Totalmente de acuerdo	30	60%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

El presente cuestionarios dio como resultado en la siguiente tabla que, el 60% de la población está totalmente de acuerdo en detestar el sentimiento de depender de los demás, seguido del 40% que indicaron estar de acuerdo con este mismo sentimiento lo que indica que una fuerte aversión hacia la dependencia emocional o práctica de otras personas, es decir esto se desarrolla en las personas por la falta de autonomía, las experiencias negativas, la baja autoestima, desconfianza y la malas relaciones interpersonales con la demás personas.

Tabla 8

Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	0	0%
Desacuerdo	0	0%
Neutro	0	0%
De acuerdo	10	20%
Totalmente de acuerdo	40	80%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenidos en el cuestionario se puede identificar en la tabla que el 80% de la población manifestaron que están totalmente de acuerdo con contar solamente con ellos mismos para resolver sus problemas, seguido del 20% que indicaron estar de acuerdo con lo ya antes mencionados en el ítem, esto refleja que existe una fuerte inclinación hacia la autosuficiencia y la independencia, debido a que siente esa falta de apoyo y prefieren resolver problemas a su manera y con la propio toma de decisiones.

Tabla 9

A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	0	0%
Desacuerdo	0	0%
Neutro	0	0%
De acuerdo	0	0%
Totalmente de acuerdo	50	100%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

De acuerdo a los datos obtenidos en el presente cuestionario se puede interpretar en la siguiente tabla que el 100% de los estudiantes indicaron estar totalmente de acuerdo con el ítem que indica que a partir de la experiencia de niños han comprendido que nunca son suficientemente bueno para los padres, lo que expresa una percepción de que, a pesar de los esfuerzos y logros, nunca se alcanza el nivel de aprobación o satisfacción esperado por los padres, y esto se puede dar debido a que algunos padres tienen expectativas muy altas y pueden ser críticos o exigentes, lo que puede hacer que los hijos sientan que nunca son lo suficientemente buenos.

Apego desorganizado

Tabla 10

Cuando era niño(a), había peleas insoportables en casa.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	30	60%
Desacuerdo	20	40%
Neutro	0	0%
De acuerdo	0	0%
Totalmente de acuerdo	0	0%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Referente los datos obtenidos del cuestionario se puede notar en la tabla que el 60% de los estudiantes indicaron estar en total desacuerdo con el ítem que indica que cuando eran niños había peleas insoportables en casa, seguido del 20% que indicaron estar en desacuerdo en el mismo ítem, esto establece que la mayor parte de los estudiante se desarrollan en un ambiente tranquilo, que no se caracteriza por presentar conflictos entre pares o progenitores, lo que no incita al niño a desarrollar violencia en otros contextos.

Tabla 11

Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	45	90%
Desacuerdo	5	10%
Neutro	0	0%
De acuerdo	0	0%
Totalmente de acuerdo	0	0%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenido en el cuestionario se puede observar en la siguiente tabla que, el 90% de la población manifestaron estar en total desacuerdos en cuando eran niños tuvieron que enfrentarse a violencia de uno de sus seres queridos, seguido del 10% que indicaron estar en desacuerdo, lo que indica los estudiantes crecieron en un entorno donde no hubo abuso físico, emocional o psicológico por parte de los familiares, lo que refleja aspectos positivos en el área física y psicológica, proporcionado una base segura y estable para el desarrollo emocional y psicológico de un niño, además desarrollar un sentido de seguridad emocional, lo cual es crucial para una autoestima saludable y relaciones positivas.

Tabla 12

Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
En total desacuerdo	25	50%
Desacuerdo	10	20%
Neutro	15	30%
De acuerdo	0	0%
Totalmente de acuerdo	0	0%
Total	50	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Según los datos obtenidos en el cuestionario se puede apreciar en la tabla que, el 50% está el total desacuerdo que cuando era niño a menudo sus seres queridos se mostraban impacientes e irritables, seguido del 20% que indicaron estar en desacuerdo. Por el contrario, el 30% indicaron neutros en relación al ítem que manifiesta que cuando eran niños a menudo sus seres queridos le mostraban se mostraban impacientes e irritables, esto refleja que los estudiantes crecieron en un entorno familiar donde los cuidadores mantenían una actitud paciente y calmada.

Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)

Tabla 13

Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy de acuerdo	5	10%
De acuerdo	0	0%
En desacuerdo	35	70%
Muy en desacuerdo	10	20%
Total	50	100%

Fuente: Escala aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Respecto al instrumento aplicado en el presente estudio se puede observar en la tabla que el 70% de los estudiantes manifestaron estar en desacuerdo en ser capaz de hacer las cosas también como la mayoría de la gente, seguido del 20% que indicaron estar en muy desacuerdo con el ítem presentado. No obstante, el 10% de la población restantes manifestaron estar en muy de acuerdo en ser capaz de hacer las cosas también como la mayoría de la gente, lo que indica que la mayor parte de la población expresa sensación de inferioridad o falta de confianzas en sus propias competencias en comparación a otros, lo que representa para ellos personas pocas competitivas con habilidades neutrales.

Tabla 14

Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy de acuerdo	30	60%
De acuerdo	10	20%
En desacuerdo	5	10%
Muy en desacuerdo	5	10%
Total	50	100%

Fuente: Escala aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Respecto al instrumento aplicado se puede observar en la presente tabla que el 60% de los estudiantes indicaron estar muy de acuerdo en sentir que no tienen mucho de lo que estar orgulloso, seguido del 20% que indicaron estar de acuerdo en no sentir dicho sentimiento. Por el contrario, el 10% indicaron estar en desacuerdo y en muy desacuerdo de no sentir que no tienen mucho de lo que estar orgulloso, lo que refleja una percepción de falta de logros o de cualidades destacables en la propia vida, lo cual puede estar asociado con una baja autoestima y una autovaloración negativa. Esta sensación puede tener varios orígenes y manifestaciones, como la dificultad para reconocer los propios éxitos, compararse desfavorablemente con los demás, o experiencias pasadas que han afectado la autoconfianza.

Tabla 15

En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy de acuerdo	0	0%
De acuerdo	3	6%
En desacuerdo	45	90%
Muy en desacuerdo	2	4%
Total	50	100%

Fuente: Escala aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Respecto al reactivo aplicado en el presente estudio se puede observar en la tabla que el 90% de los estudiantes indicaron estar en desacuerdo con el ítem que anuncia que en general se inclinan a pensar que son fracasados. Al contrario, el 6% indicaron estar de acuerdo en general a inclinarse a pensar que son fracasado. No obstante, el 4% de la población restante indicaron estar muy en desacuerdo en general en inclinarse a pensar que son unos fracasados, lo que indica que pesar de que los estudiantes experimentan desconfían en ellos mismo, la mayor parte no se sienten fracasado, debido a que están estudiando y tienen la esperan de mejorar sus habilidades y capacidades para tener un gran potencial como futuro profesional.

Tabla 16

Hay veces que realmente pienso que soy un inútil

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy de acuerdo	0	0%
De acuerdo	35	70%
En desacuerdo	10	20%
Muy en desacuerdo	5	10%
Total	50	100%

Fuente: Escala aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Respecto al reactivo aplicado en el presente estudio, se puede interpretar en la tabla que el 70% de la población está de acuerdo en pensar que hay veces que realmente creen que son inútiles, No obstante, el 20% indicaron están en desacuerdos en el ítem que hay veces que realmente piensan que son inútiles, seguido del 10 % que indicaron estar en muy desacuerdo con el ítem que indican que hay veces que realmente piensan que son muy inútiles, lo que expresa sentimientos de inutilidad y una fuerte autocrítica. Este tipo de pensamiento puede ser un indicio de baja autoestima y de una percepción negativa de las propias capacidades y valor personal. Estas creencias pueden tener diversas causas, como experiencias pasadas negativas, críticas frecuentes de otros, o comparaciones desfavorables con los demás.

Tabla 17

<i>Estoy convencido que tengo cualidades buenas</i>		
<i>Alternativa</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
Muy de acuerdo	0	0%
De acuerdo	0	0%
En desacuerdo	35	70%
Muy en desacuerdo	15	30%
Total	50	100%

Fuente: Escala aplicado a estudiantes de 3ro de BGU

Elaborado por: Medrano en el año 2024

Respecto al instrumento aplicado se puede mostrar en la tabla que el 70% de los estudiantes manifestaron, estar en desacuerdos en el ítem que indica que están convencidos que tienen buenas que tienen cualidades buenas, seguido del 30% que indicaron estar muy en desacuerdo con este mismo ítem, lo que indica que existe una alta desconfianza en las propias virtudes y habilidades. Este sentimiento puede ser un indicio de baja autoestima y autovaloración negativa. Varias razones pueden contribuir a esta percepción, como experiencias pasadas negativas, falta de reconocimiento o apoyo de los demás, o comparaciones constantes con otras personas.

3.6 Resultados

Para obtener los resultados del presente estudio, fue importante aplicar calificar e interpretar los instrumentos de evaluación mismo que dan respuestas a los objetivos propuesto en el siguiente proyecto de integración curricular, así como para poder determinar la influencia de los estilos de apego en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo, se utilizó el cuestionario CaMir – R reducido, mismo que tiene como objetivo determinar el estilo de apego predominante en la población objeto de estudio. Este instrumento está conformado por 32 ítems, los cuales, se dividen en cuatro dimensiones tales como: El apego seguro, el cual evalúa la disponibilidad y apoyo de la figura significativa, esta dimensión está formada por los siguientes ítems: 1,2,3,4,5,6,7 y para su interpretación se considera niveles, mismo que van desde: 25 a 35, expresa un nivel de apego seguro alto, de 11-25, nivel de apego medio y de 0 a 10 un apego seguro bajo.

Por otra parte, en la dimensión de apego inseguro, misma que evalúa la preocupación familiar, este apartado se encuentra estructurado por los ítems: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16 y 17; estableciendo que para su interpretación la puntuación va desde niveles: 56 a 70, nivel de apego inseguro alto, de 26 a 55 nivel de apego inseguro medio y de 0 a 25 nivel de apego inseguro bajo.

Por lo consiguiente en la escala de apego evitativo, la cual se encarga de evaluar la autosuficiencia y el rencor, misma que se encuentra estructurada por ítems: 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 y 27, su interpretación se realiza bajo los criterios de niveles que van desde: 12-20 que indica un nivel de apego evitativo alto, de 11-15, que denota un nivel de apego evitativo medio y de 0 a 10 un nivel de apego evitativo bajo.

Finalmente, en la última escala del cuestionario CaMir – R reducido, mismo que se caracteriza con el nombre de escala de apego desorganizado, la cual evalúa la disponibilidad de violencia en la infancia, teniendo como ítems de evaluación los siguientes: 28, 29, 30, 31 y 32, se interpreta a través de nivel: Alto, medio y bajo.

Es así como una vez aplicado, calificado e interpretado el presente reactivo de evaluación, se obtuvieron los siguientes resultados: En la dimensión de apego seguro, de acuerdo a los hallazgos encontrados, se puede demostrar que la mayor parte de los estudiantes alcanzaron un nivel bajo de apego seguro, misma que se encontraban asociadas a indicadores como: desapego parental y con personas significativas, poca muestra de cariño entre los estudiantes y personas cercanas, inseguridad, falta de contingencia emocional, desconfianza, entre otros.

En este apartado el ítem que tuvo mayor relevancia de interpretación fue el ítem 1, en el que se obtuvo que el 60% de los estudiantes manifestaron estar en desacuerdo en relación al ítem que indica que cuando eran niños sus seres queridos lo hacían sentir que le gustaba compartir su tiempo con ellos, seguido del 40% que manifestaron estar en total desacuerdo que cuando eran niños sus seres queridos lo hacían sentir que le gustaba compartir su tiempo con ellos, esto indica que la mayor parte de tiempo los estudiantes no contaban con personas con las cuales podían compartir su tiempo, misma que les hacía sentir personas poco valoradas, ignoradas o queridas por sus seres queridos.

Por otra parte, en el ítem 4 su indicador denotaba que el 50% de la población, mostraron sentirse neutro en relación al a cuando eran niños encontraron suficiente cariño en sus seres queridos como para no buscarlo en otra parte, seguido del 20% que mostraron estar en desacuerdo, posterior aquello el 18% se mostraron en total desacuerdo acuerdo con este ítem. No obstante, el 10% de la población indicaron estar totalmente de acuerdo que cuando eran niños encontraron suficiente cariño en sus seres queridos como para no buscarlo en otro seguido, del 2% que indicaron estar de acuerdo, lo que expresa que durante la infancia el estudiante no recibió demasiado afecto durante su infancia desarrollando en ellos desconfianza, falta de seguridad y apego por sus seres queridos.

Por lo consiguiente en el ítem 7, el cual hacía referencia al aspecto de la confianza se obtuvo que, el 90% de la población manifestaron estar en total desacuerdo

en relación con sentir confianza en sus seres queridos, seguido del 10% que indicaron estar en acuerdo con lo ante mencionado en el ítem, esto indica que existe un nivel de desconfianza alto, lo genera inseguridad, emociones negativas como tristeza, irritación, baja autoestima y autoconfianza en sí mismo en los estudiantes.

En la dimensión de apego inseguro, la mayor parte de los estudiantes alcanzaron un nivel de apego inseguro alto, mismo que se encuentra relacionado a indicadores como: desconcentración de actividades o tareas del diario vivir, preocupaciones excesivas de pena e inseguridad, sensaciones obsesivas de duelo, dependencia situacional y emocional, tristeza por separación, deseos obsesivos de superación a futuro, es por ello que para se consideraron ítems relevantes como: el 12 el mismo que evalúa la separación momentánea, en este ítem se obtuvo que el 70% de la población está totalmente de acuerdo en la idea que una separación momentánea con uno de sus seres queridos le genera una sensación de inquietud, seguido del 20% que indicaron estar de acuerdo. No obstante, el 10% indicaron que es neutra la idea de que una separación momentánea de uno de sus seres queridos les dejaría una sensación de inquietud, lo que indica que la mayor parte de la población de estudio experimentar pensamientos y sentimientos de preocupación y molestar ante la posibilidad de estar temporalmente alejada de sus seres queridos, por lo cual puede desarrollar problemas a nivel de dependencia.

Por otra parte, en el ítem 13, mismo que trata de desapego de personas significativas, se obtuvo que el 50% de la población indicaron estar totalmente de acuerdo en la frase que manifiesta que cuando se aleja de sus seres queridos no se siente bien consigo mismo, seguido del 40% que indicaron a la vez estar de acuerdo. No obstante, el 6% de la población indicaron estar en desacuerdos en el ítem que indica que cuando se aleja de sus seres queridos no se siente bien consigo mismo, seguido del 4% que implicaron estar en total desacuerdo, lo que refleja que existe por parte del estudiante malestar interno y falta de bienestar cuando están lejos de personas que son importante para ellos, mismo que tienen una afectación significativa en el área emocional.

En el ítem 14, mismo que trata de preocupaciones por seguridad y salud, se obtuvo que el 30% de la población indicaron estar totalmente de acuerdo en el enunciado que indica que cuando eran niños se preocupaba tanto por su salud y seguridad que se sentían aprisionados, seguidos del 30% que también indicaron estar de acuerdo en el mismo ítem. Por el contrario, el 20% manifestaron que están en desacuerdo en el ítem que indica que cuando eran niños se preocupaban tanto por su salud y su seguridad que se sentían aprisionados, seguido del 10% que indicaron que se sentían neutros y el 10% restante que estaban en total desacuerdo con relación al enunciado del presente, esto establece que existía no existía protección por parte de los padres o seres queridos por lo cual la ansiedad y la desesperación por mantener una buena salud limitada a los estudiantes hacer actividades que le generaban libertad o emoción.

En la dimensión apego evitativo, el mismo que se asocia a indicadores como: obediencia, respeto a la autoridad, libertad autoritaria, negligencia parental, sentimientos de dependencia, falta de apoyo para la resolución de problemas, insuficiencia conductual hacia los padres, la mayor parte de los estudiantes alcanzaron un nivel alto en relación al apego evitativo, de tal forma que se pueden destacar los siguientes ítems: en el ítem 24, el cual se refiere a sentimientos de dependencia, se obtuvo que el 60% de la población está totalmente de acuerdo en detestar el sentimiento de depender de los demás, seguido del 40% que indicaron estar de acuerdo con este mismo sentimiento lo que indica que una fuerte aversión hacia la dependencia emocional o práctica de otras personas, es decir esto se desarrolla en las personas por la falta de autonomía, las experiencias negativas, la baja autoestima, desconfianza y la malas relaciones interpersonales con la demás personas.

Seguido del ítem 26, el cual hace referencia a la resolución de problemas por sí mismo, se obtuvo que el 80% de la población manifestaron que están totalmente de acuerdo con contar solamente con ellos mismos para resolver sus problemas, seguido del 20% que indicaron estar de acuerdo con lo ya antes mencionados en el ítem, esto

refleja que existe una fuerte inclinación hacia la autosuficiencia y la independencia, debido a que siente esa falta de apoyo y prefieren resolver problemas a su manera y con la propio toma de decisiones.

Por lo consiguiente, en el ítem 27, que hace énfasis a la comprensión de insuficiencia de buenos hijos se obtuvo que, el 100% de los estudiantes indicaron estar totalmente de acuerdo con el ítem que indica que a partir de la experiencia de niños han comprendido que nunca son suficientemente bueno para los padres, lo que expresa una percepción de que, a pesar de los esfuerzos y logros, nunca se alcanza el nivel de aprobación o satisfacción esperado por los padres, y esto se puede dar debido a que algunos padres tienen expectativas muy altas y pueden ser críticos o exigentes, lo que puede hacer que los hijos sientan que nunca son lo suficientemente buenos.

Por último, en la dimensión apego desorganizado la mayor parte de los estudiantes tuvieron un nivel de apego bajo, mismo que se encontraban relacionado a indicadores como, amenazas, peleas, violencia, sentimiento de ira, toma de decisiones familiar, en el ítem 29, se obtuvo que el 60% de los estudiantes indicaron estar en total desacuerdo con el ítem que indica que cuando eran niños había peleas insoportables en casa, seguido del 20% que indicaron estar en desacuerdo en el mismo ítem, esto establece que la mayor parte de los estudiante se desarrollan en un ambiente tranquilo, que no se caracteriza por presentar conflictos entre pares o progenitores, lo que no incita al niño a desarrollar violencia en otros contextos.

Por otro lado, en el ítem 30 se obtuvo que el 90% de la población manifestaron estar en total desacuerdos en cuando eran niños tuvieron que enfrentarse a violencia de uno de sus seres queridos, seguido del 10% que indicaron estar en desacuerdo, lo que indica los estudiantes crecieron en un entorno donde no hubo abuso físico, emocional o psicológico por parte de los familiares, lo que refleja aspectos positivos en el área física y psicológica, proporcionado una base segura y estable para el desarrollo emocional y psicológico de un niño, además desarrollar un sentido de

seguridad emocional, lo cual es crucial para una autoestima saludable y relaciones positivas.

Para evaluar el nivel de autoestima de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo, se usó la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), mismo que se encuentra conformado por 10 ítems, los cuales tienen como objetivo medir los niveles de autoestima por medio de dos categorías: Niveles de autoestima positivos y niveles de autoestima negativo, en el presente estudio se obtuvieron los siguientes resultados de acuerdo a los ítems:

En el ítem 3, el mismo que corresponde al enunciado “Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente”, se obtuvo que el 70% de los estudiantes manifestaron estar en desacuerdo en ser capaz de hacer las cosas también como la mayoría de la gente, seguido del 20% que indicaron estar en muy desacuerdo con el ítem presentado. No obstante, el 10% de la población restantes manifestaron estar en muy de acuerdo en ser capaz de hacer las cosas también como la mayoría de la gente, lo que indica que la mayor parte de la población expresa sensación de inferioridad o falta de confianzas en sus propias competencias en comparación a otros, lo que representa para ellos personas pocas competitivas con habilidades neutrales.

Seguido del ítem 6, que hace énfasis a Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a, se obtuvo que el 60% de los estudiantes indicaron estar muy de acuerdo en sentir que no tienen mucho de lo que estar orgulloso, seguido del 20% que indicaron estar de acuerdo en no sentir dicho sentimiento. Por el contrario, el 10% indicaron estar en desacuerdo y en muy desacuerdo de no sentir que no tienen mucho de lo que estar orgulloso, lo que refleja una percepción de falta de logros o de cualidades destacables en la propia vida, lo cual puede estar asociado con una baja autoestima y una autovaloración negativa. Esta sensación puede tener varios orígenes y manifestaciones, como la dificultad para reconocer los propios éxitos, compararse desfavorablemente con los demás, o experiencias pasadas que han afectado la autoconfianza.

Por lo consiguiente en el ítem 5, “En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a” se obtuvo que el 90% de los estudiantes indicaron estar en desacuerdo con el ítem que anuncia que en general se inclinan a pensar que son fracasados. Al contrario, el 6% indicaron estar de acuerdo en general a inclinarse a pensar que son fracasado. No obstante, el 4% de la población restante indicaron estar muy en desacuerdo en general en inclinarse a pensar que son unos fracasados, lo que indica que pesar de que los estudiantes experimentan desconfían en ellos mismo, la mayor parte no se sienten fracasado, debido a que están estudiando y tienen la esperan de mejorar sus habilidades y capacidades para tener un gran potencial como futuro profesional.

Por último, en el ítem 9, “Hay veces que realmente pienso que soy un inútil”, se pudo conocer que el 70% de la población está de acuerdo en pensar que hay veces que realmente creen que son inútiles, No obstante, el 20% indicaron están en desacuerdos en el ítem que hay veces que realmente piensan que son inútiles, seguido del 10 % que indicaron estar en muy desacuerdo con el ítem que indican que hay veces que realmente piensan que son muy inútiles, lo que expresa sentimientos de inutilidad y una fuerte autocrítica. Este tipo de pensamiento puede ser un indicio de baja autoestima y de una percepción negativa de las propias capacidades y valor personal. Estas creencias pueden tener diversas causas, como experiencias pasadas negativas, críticas frecuentes de otros, o comparaciones desfavorables con los demás.

Es así como se pudo valorar que el nivel de autoestima que predomina en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo es negativo, debido a que los estudiantes indican y perciben en su interior y exterior cualidades y competencias deficiente de sí mismo, siento inseguridad sobre las creencias y potencialidades que poseen.

CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

Se determinó la influencia de los estilos de apego en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes en el cual se obtuvo como resultados que los estilos de apego inseguro y evitativo predominan en la población objeto de estudio, mismo que influyen de manera significativa en la autoestima negativa de los estudiantes de 3er años de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo, es decir que indicadores como la inseguridad, desconfianza, dependencia emocional y dependencia funcional relacionadas actividades complejas repercuten en el desarrollo del autoestima, siendo las personas cercanas las más influyente el desarrollo de la autoestima.

Se identificó el estilo de apego predominante en los estudiantes de tercero de bachillerato, en el que se tuvo como resultado que el estilo apego inseguro y evitativo alcanzaron un nivel alto, no obstante, el estilo de apego seguro y desorganizado obtuvieron un nivel bajo, esto indica que la población estudiada experimenta sentimientos de preocupación, falta de bienestar emocional, falta de autonomía, autosuficiencia, entre otros indicadores que predominan en su diario vivir.

Se valoró los niveles de autoestima que presentan los estudiantes, el que se determinó un nivel de autoestima negativo asociados a indicadores como: falta de confianza en sí mismo en relación a competencias personales, baja autovaloración de las habilidades aprendidas, sentimientos de fracaso y pensamiento de inutilidad, mismo que repercuten el desarrollo y desempeño de las áreas donde se desenvuelven los estudiantes.

Se recomendaron actividades lúdicas y formas de talleres, misma que sirvieron para fortalecer los vínculos afectivos entre personas cercanas, actividades como: la caja de recuerdos, árbol de la autoestima, tiempo de calidad de la familia, círculo de confianza y Mejora la comunicación y la empatía dentro de la familia, fomentando un ambiente de apoyo y confianza.

4.2 Recomendaciones

Realizar entrevistas colaterales a personas cercanas de la población objeto de estudio, para indagar y conocer más a fondo los estilos de apego que proporcionan los padres hacia sus hijos, esto permitirá corroborar con los datos obtenidos en la presente investigación y a la vez identificar problemáticas que a futuro se pueden convertir en temas interesantes de investigación.

Investigar a profundidad el estilo de apego predominante y relacionarlo con la autoestima, para identificar factores o indicadores que prevalecen una autoestima positiva o negativa, esto permitirá despertar el interés a investigadores por indagar sobre técnicas que respondan a fortalecer vínculos afectivos, apego y más que todo el componente emocional como lo es la autoestima.

Para la autoestima, es importante aplicar los instrumentos de evaluación dos veces, es decir realizar aplicar al principio y al final, mismo que permitirán evaluar el si la población objeto de estudio ha tenido cambios debido a las variables de estudio o por otros factores que influye en su diario vivir.

Crear un plan de talleres, con el fin de responder a la problemática encontrada, y a su vez hacer seguimiento a las actividades propuesta con el fin de conocer su validez en la población que se quiere aplicar, es importante considerar que las actividades no deben ser muy complejas debido a que esto provocaría irritabilidad y hostigamiento a la población objeto de estudio.

CAPITULO IV.- PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Propuesta

Tema: Talleres de actividades para fortalecer los estilos de apego y la autoestima en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Babahoyo

Objetivo General: Desarrollar actividades que permitan fortalecer los estilos de apego y la autoestima.

Objetivo Específico: Mejorar los estilos de apego predominante y la baja autoestima que experimentan los estudiantes de tercero de bachillerato.

Actividad	Objetivo de la actividad	Materiales	Descripción
Caja de recuerdos	Fortalecer el apego seguro a través de la creación de recuerdos	Caja de cartón de madera, papel, marcadores, fotos, pequeños objetos significativos.	Los padres y los niños crearán juntos una "Caja de los Recuerdos" donde colocarán fotos, dibujos y objetos que representen momentos felices compartidos. Cada semana, añadirán algo nuevo a la caja y discutirán por qué ese recuerdo es importante.
Árbol de la Autoestima	Fomentar la autoestima en los estudiantes	Papel grande o cartulina, hojas de papel de colores, tijeras, pegamento, marcadores	Dibujar un árbol grande en un papel grande o cartulina, los niños y los padres recortarán hojas de papel de colores y escribirán en cada hoja una cualidad positiva o un logro del niño, pegarán las

			hojas en el árbol, creando un "Árbol de la Autoestima".
Tiempo de Calidad en Familia	Promover el apego seguro mediante actividades familiares divertidas y significativas.	juegos de mesa, materiales para manualidades, libros, etc.	Cada semana, los padres se comprometerán a dedicar una hora de "Tiempo de Calidad" con sus hijos. - Durante este tiempo, realizarán actividades elegidas por los niños, como juegos de mesa, manualidades, lectura conjunta, cocinar juntos, etc.
Círculo de Confianza	Fomentar la confianza y la comunicación abierta con personas cercanas	Ninguno	Las personas cercanas se sientan en círculo y, tomando turnos, cada persona comparte algo que le gusta de otro miembro. También pueden compartir algo que les preocupa o necesitan ayuda para resolver, con la seguridad de que será escuchado sin juicio.
Mapa de los Sentimientos	Ayudar a los niños a identificar y expresar sus emociones	Papel grande o cartulina, marcadores, revistas viejas, tijeras, pegamento.	Dibujar un mapa grande que represente diferentes emociones (feliz, triste, enojado, asustado, etc.). Los niños buscarán en revistas viejas imágenes que representen estas emociones y las pegarán en el mapa. Discutirán cada emoción y compartirán momentos en los que se han sentido así.

Diario de Gratitude	Fomentar una actitud positiva y fortalecer la autoestima a través de la práctica de la gratitud.	Cuadernos de diario, bolígrafos, decoración (pegatinas, colores, etc.)	- Cada miembro de la familia recibirá un cuaderno para usar como "Diario de Gratitude". - Cada día, escribirán al menos tres cosas por las que están agradecidos. - Una vez a la semana, compartirán algunas de estas entradas en una reunión familiar
Teatro de Sombras "Historias de Apego	Enseñar sobre los estilos de apego a través de una actividad lúdica y creativa.	Linternas, sábanas blancas, figuras de papel o cartón, palitos de madera.	Crear una obra de teatro de sombras que represente diferentes estilos de apego. Los padres y los niños trabajarán juntos para diseñar las figuras y representar las historias. Al finalizar, discutirán lo que aprendieron sobre los estilos de apego a través de la actividad.
Taller de Creatividad "Mi Autoestima en Arte"	Expresar y reforzar la autoestima a través de la creatividad y el arte.	Papel, pinturas, marcadores, pinceles, pegamento, revistas para recortar.	Invitar a los padres y a los niños a crear una obra de arte que represente su autoestima. Pueden utilizar diferentes materiales y técnicas (pintura, collage, dibujo). Al final, cada participante compartirá su obra y explicará qué significa para ellos.

4.2 Resultados Esperados De La Alternativa

En base a los resultados encontrados y a las conclusiones planteadas en el presente estudio, se proponen actividades lúdicas y significativas, misma que tienen como objetivo fomentar los estilos de apego que afectan la autoestima de los estudiantes, a su vez es importante recalcar que esta propuesta será aplicada a 50 estudiantes de la Unidad Educativa Babahoyo. Entre los resultados que se esperan obtener están los siguientes:

Referente a la actividad “caja de recuerdo” lo que se pretende obtener es que la mayor parte de los estudiantes, refuercen sus conexiones afectivas con las personas cercanas, que recuerden y analicen la importancia que tuvo cada una de sus etapas de vida principalmente la infancia en donde el apego juega un papel fundamental para el desarrollo de habilidades y competencias personales, a través de esta actividad se quiere fortalecer el vínculo padre e hijo, mismo que según los resultados encontrados en el presente estudio es difuso.

En base al árbol de autoestima, se espera alcanzar el reconocimiento propio de las habilidades y capacidades que tienen los estudiantes, con el fin de contrarrestar todo pensamiento pesimista que tengan, a su vez lo que se pretende es que se sienta seguro y vean que equivocarse es parte del proceso, es parte del aprendizaje del ser humano.

En relación a la actividad “tiempo de calidad de familia” se tiene como objetivo fortalecer el vínculo familiar y proporcionar un espacio seguro para que los estudiantes expresen y se sientan valorados, aumentar la confianza permitirá que los

estudiantes desarrollen una independencia estable en donde puedan contar con el apoyo de sus padres para resolver problemas conflicto de su diario vivir.

Referencias Bibliográficas

- gómez. (2019). El Apego Y Su Relación Significativa Con El Autoestima. *Estilos De Apego Y Autoestima En Adolescentes De Una Institución Educativa Privada De La Ciudad De Cajamarca-Perú*, Págs. 1-26. Obtenido De [Http://Repositorio.Upagu.Edu.Pe/Bitstream/Handle/UPAGU/1535/G%C3%B3mez%2C%20C.%2C%20Miranda%2C%20C.%20%282021%29.%20Estilo%20de%20apego%20y%20autoestima%20en%20adolescentes%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20pri.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y](http://Repositorio.Upagu.Edu.Pe/Bitstream/Handle/UPAGU/1535/G%C3%B3mez%2C%20C.%2C%20Miranda%2C%20C.%20%282021%29.%20Estilo%20de%20apego%20y%20autoestima%20en%20adolescentes%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20pri.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y)
- Santos. (2021). Apego, autoestima y funcionamiento familiar en estudiantes de bachillerato de los cantones Riobamba y Guano. *Revista Eugenio Espejo-Facultad Ciencias de la Salud*, 1. Obtenido de <https://eugenioespejo.unach.edu.ec/index.php/EE/article/view/319/31>
- Valdivia. (2021). Correlación Entre El Apego Y El Autoestima En Estudiantes De. *Estilos De Apego Y Autoestima En Estudiantes De Bachillerato*, Págs. 1-79. Obtenido De [Https://Repositorio.Ucsm.Edu.Pe/Server/Api/Core/Bitstreams/9cad9959-C9e3-46d4-Bf68-725afaf415f7/Content](https://Repositorio.Ucsm.Edu.Pe/Server/Api/Core/Bitstreams/9cad9959-C9e3-46d4-Bf68-725afaf415f7/Content)
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). "Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?" *Psicológicas Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Branden, N. (1994). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidós.

- Branden, N. (2019). *La autoestima: Un enfoque revolucionario*. Paidós Ibérica Ediciones S.A.
- Fernández, M., Gómez, R., & Martínez, P. (2023). *Apego y relaciones interpersonales**. Editorial Psico.
- García, J. L., & Martínez, A. (2022). *El apego y su impacto en la vida adulta*. Ediciones Psique.
- García, M. (2020). *Desarrollo de la autoestima en el contexto actual*. Editorial Sentido.
- Harter, S. (2003). *La construcción del yo: Una perspectiva del desarrollo*. Guilford Press.
- Johnson, S., & Smith, L. (2021). *Patrones de apego en las relaciones*. Relationship Insights Press.
- López, M., & Pérez, A. (2020). *Teoría del apego y vínculos afectivos*. Ediciones Emociones.
- Montero, R. (2021). *La importancia de una autoestima sólida*. Editorial Vínculo.
- Pérez, L. (2019). *Autocuidado y salud mental*. Editorial Bienestar.
- Rodewald, A. (2010). *Autoestima y desarrollo personal*. Editorial Psicología Moderna.
- Rosenberg, M. (1965). *La sociedad y la autoimagen del adolescente*. Princeton University Press.
- Ruiz, F. (2020). *Tomando el control de tu vida: La importancia de la autoestima*. Editorial Confianza.
- Sánchez, A. (2021). *Construcción de la identidad y autoestima*. Editorial Sentido.
- Smith, L., & Johnson, S. (2021). *Apego y relaciones*. Ediciones Vínculo.

ANEXOS

Instrumento: Cuestionario CaMir reducido (CAMIR-R)

El formulario CAMIR –R tiene una serie de frases cortas que le permiten hacer una descripción de la relación que usted estableció con sus seres queridos. Por esto, debe indicar en que medida usted está de acuerdo en cada una de las siguientes afirmaciones:

- (1) En total desacuerdo
- (2) Desacuerdo
- (3) Neutro
- (4) De acuerdo
- (5) Totalmente de acuerdo

Sexo:

Edad:

Fecha de nacimiento:

1	Cuando yo era niño(a), mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo.	1	2	3	4	5
2	Cuando yo era niño(a), sabía que siempre encontraría consuelo en mis seres queridos.	1	2	3	4	5
3	En caso de necesidad, estoy seguro(a) de que puedo contar con mis seres queridos para encontrar consuelo.	1	2	3	4	5
4	Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte.	1	2	3	4	5
5	Mis seres queridos siempre me han dado lo mejor de sí mismos.	1	2	3	4	5
6	Las relaciones con mis seres queridos durante mi niñez, me parecen, en general, positivas.	1	2	3	4	5

9	Siempre estoy preocupado(a) por la pena que puedo causar a mis seres queridos al dejarlos.	1	2	3	4	5
10	A menudo, me siento preocupado(a), sin razón, por la salud de mis seres queridos.	1	2	3	4	5
11	Tengo la sensación de que nunca superaría la muerte de uno de mis seres queridos.	1	2	3	4	5
12	La idea de una separación momentánea de uno de mis seres queridos, me deja una sensación de inquietud.	1	2	3	4	5
13	Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo.	1	2	3	4	5
14	Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado(a).	1	2	3	4	5
15	Mis padres no podían evitar controlarlo todo: mi apariencia, mis resultados escolares e incluso mis amigos.	1	2	3	4	5
16	Mis padres no se han dado cuenta de que un niño(a) cuando crece tiene necesidad de tener vida propia.	1	2	3	4	5
17	Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido.	1	2	3	4	5
18	Es importante que el niño aprenda a obedecer.	1	2	3	4	5
19	Los niños deben sentir que existe una autoridad respetada dentro de la familia.	1	2	3	4	5
20	En la vida de familia, el respeto a los padres es muy importante.	1	2	3	4	5
21	Mis padres me han dado demasiada libertad para hacer todo lo que yo quería.	1	2	3	4	5
22	Cuando era niño(a), tenían una actitud de dejarme hacer.	1	2	3	4	5
23	Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario.	1	2	3	4	5

Escala de Autoestima de Rosenberg

La Escala de Rosenberg es un test de autoestima que permite detectar si tienes baja autoestima. Esta evaluación se basa en 10 afirmaciones, y tienes que contestar a ellas lo más sinceramente posible de acuerdo a la siguiente escala:

1: Muy en desacuerdo

2: En desacuerdo

3: De acuerdo

4: Muy de acuerdo

Recuerda, es fundamental que contestes lo más sinceramente posible.

1. Me siento una persona tan valiosa como las otras.
2. Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso.
3. Creo que tengo algunas cualidades buenas.
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.
5. Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.
7. En general me siento satisfecho conmigo mismo.
8. Me gustaría tener más respeto por mí mismo.
9. Realmente me siento inútil en algunas ocasiones.
10. A veces pienso que no sirvo para nada.

Corrección:

- De las frases 1 al 5, las respuestas 1 a 4 se puntúan de 4 a 1. Es decir, a la inversa. *Ejemplo: si a la frase número 1 le pusiste un 4, tienes que contar un 1.*
- De las frases 6 al 10, las respuestas 1 a 4 se puntúan de 1 a 4.

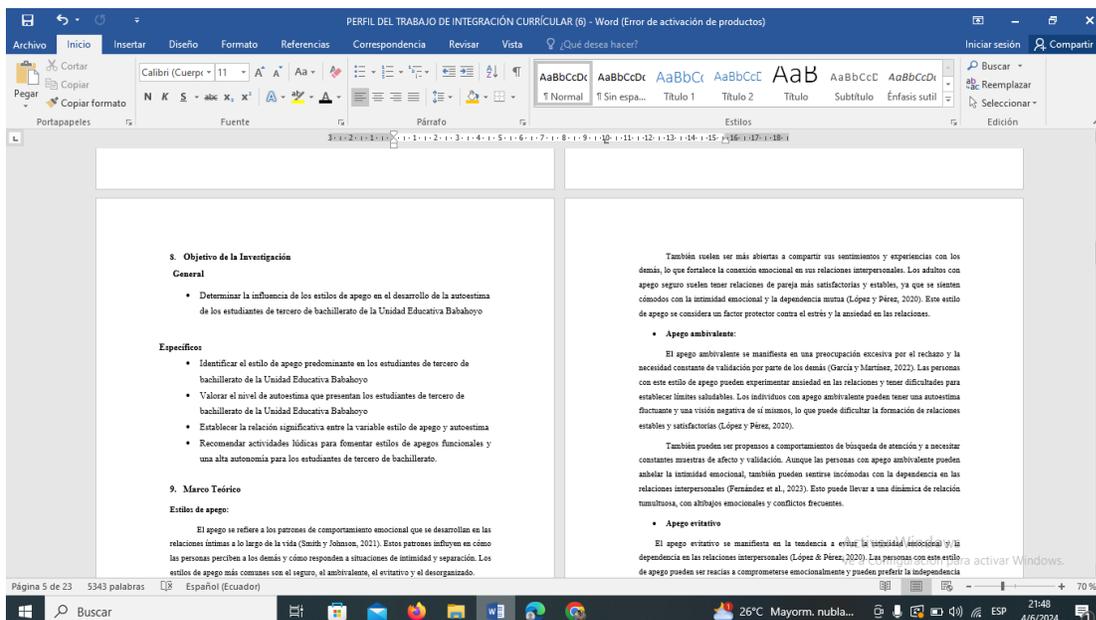
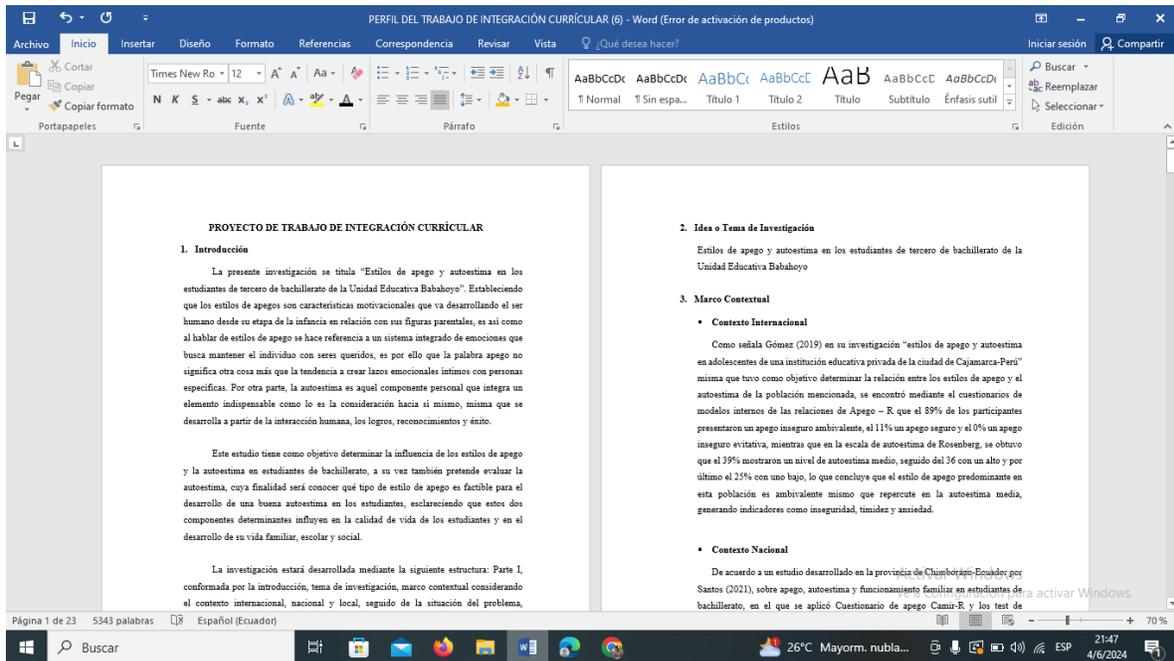
Resultados:

- De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada, considerada como autoestima normal.
- De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima

12. Cronograma

N°	ACTIVIDADES	RESPONSAB	PERIODO (SEMANAS)																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	INTRODUCCION	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
2	CONTEXTUALIZACION DE LA SITUACION PROBLEMATICA	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
3	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
4	JUSTIFICACION	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
5	OBJETIVOS DE INVESTIGACION	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
6	MARCO TEORICO	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
7	METODOLOGIA	Maria Medrano – Msc. Juan Antonio Zapata																	
8	PROCESAMIENTO DE DATOS																		
9	RESULTADOS Y DISCUSION																		
10	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES																		

Desarrollo del proyecto de integración curricular



Gráficos

Gráfico 1: Cuando yo era niño(a), mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo.

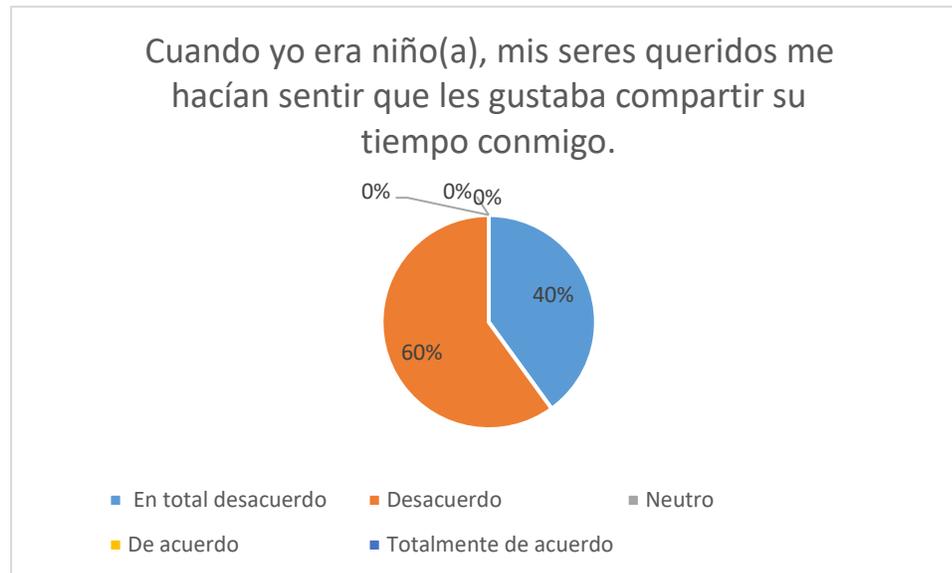


Gráfico 2: Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte

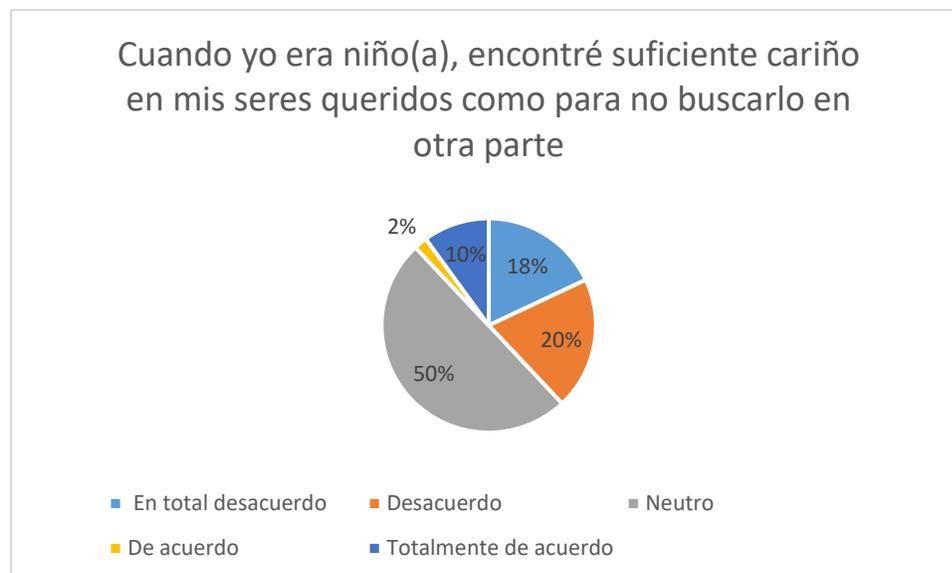


Gráfico 3: Siento confianza en mis seres queridos

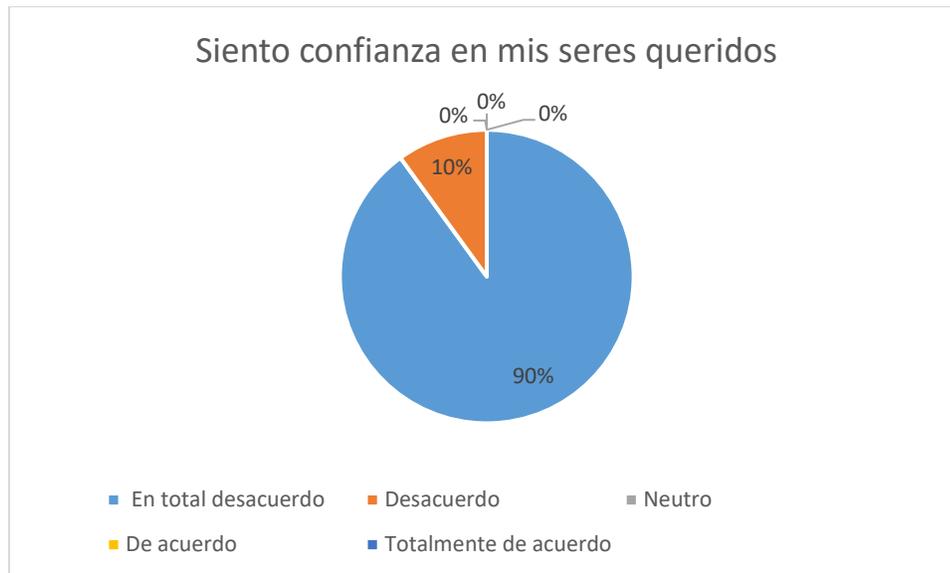


Gráfico 4: La idea de una separación momentánea de uno de mis seres queridos, me deja una sensación de inquietud.

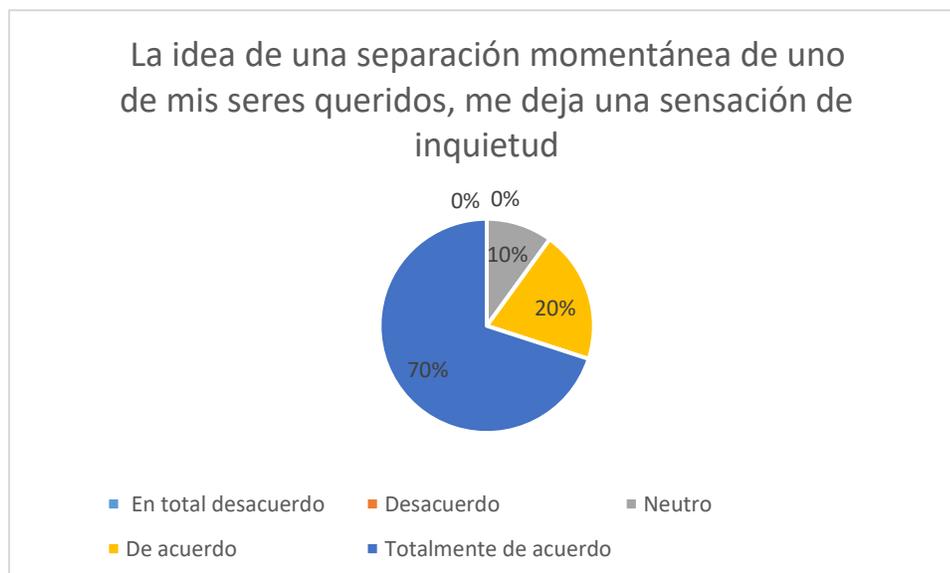


Gráfico 5: Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo.



Gráfico 6: Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado (a)

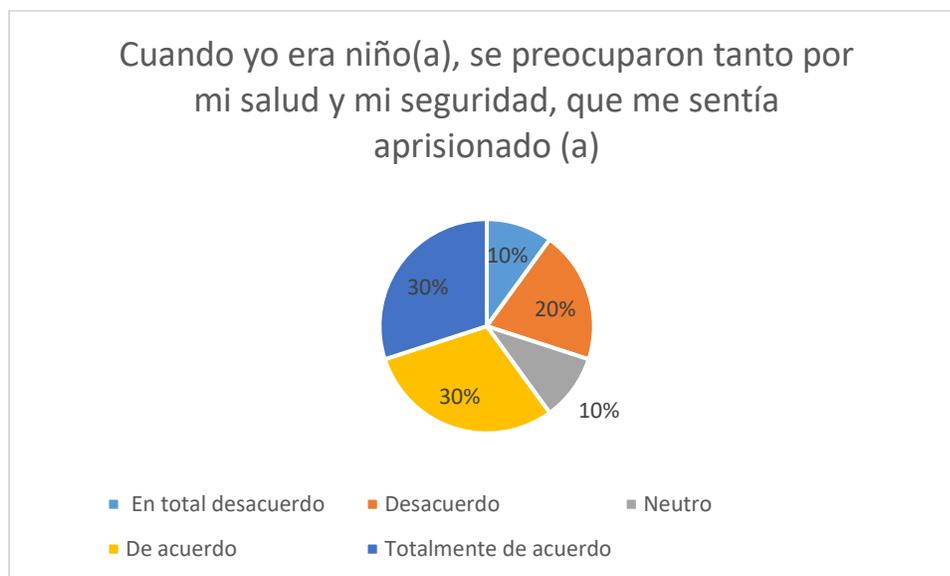


Gráfico 7: Detesto el sentimiento de depender de los demás

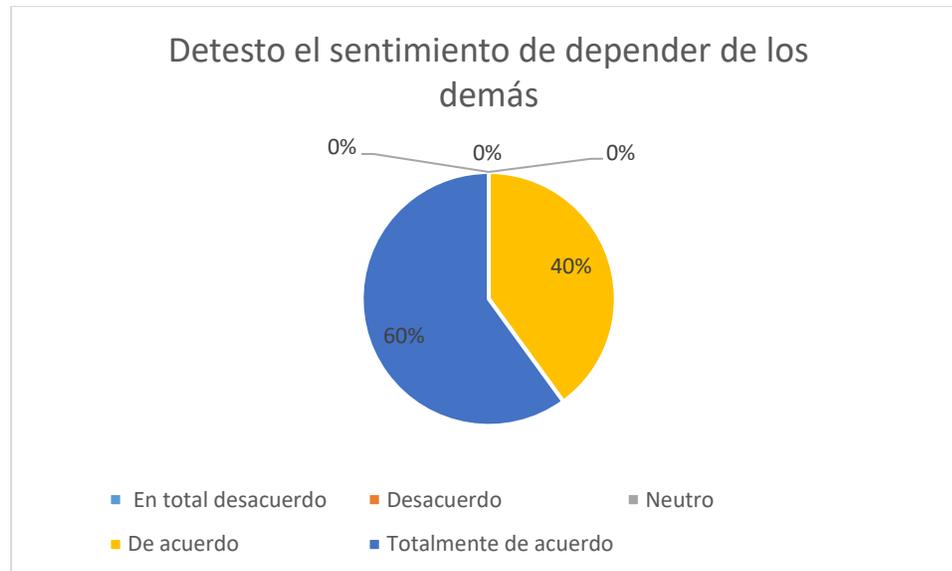


Gráfico 8: Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas

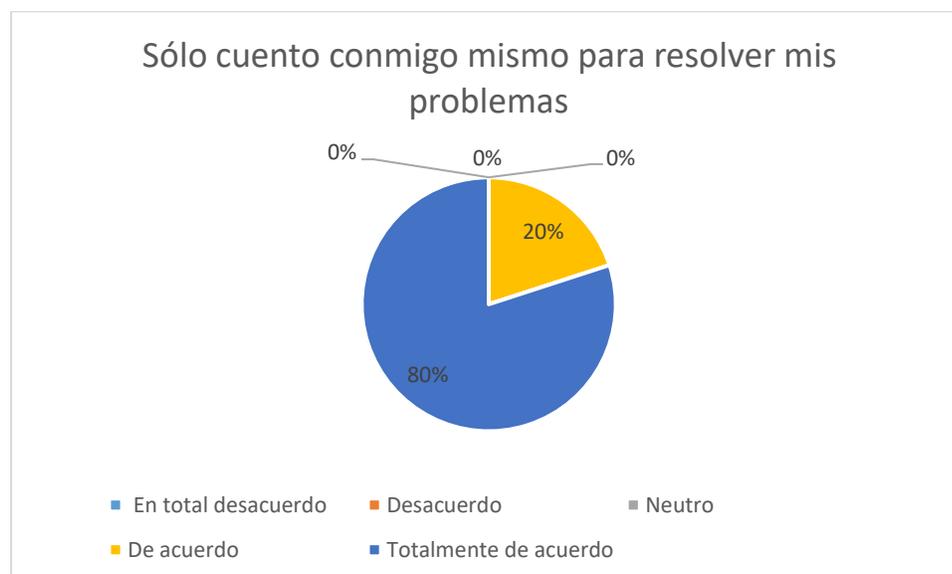


Gráfico 9: A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres



Gráfico 10: Cuando era niño(a), había peleas insoportables en casa.

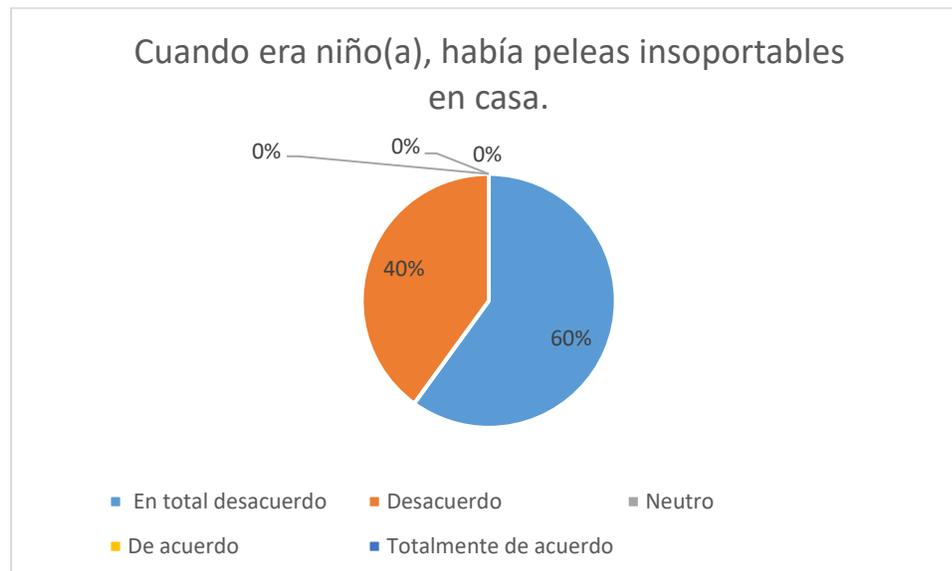


Gráfico 11: Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos

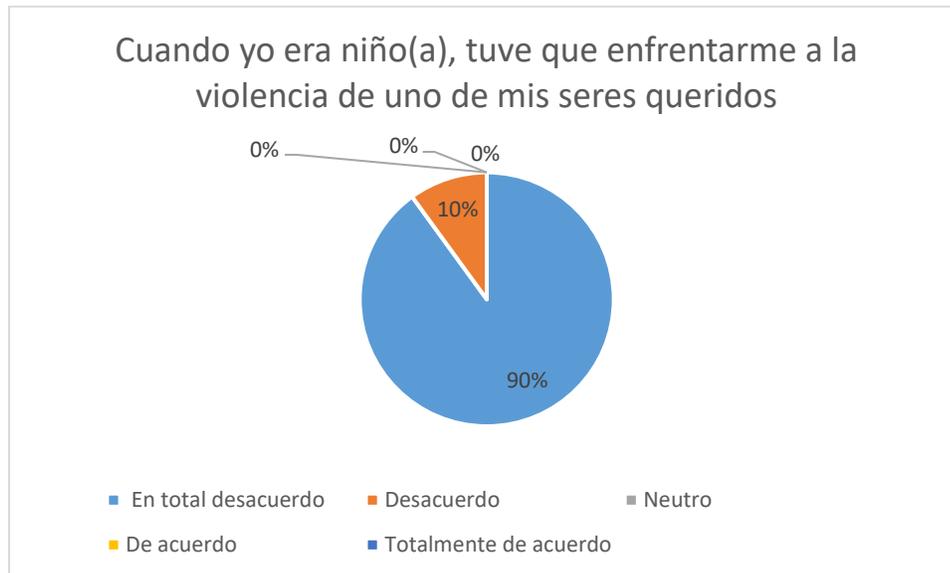


Gráfico 12: Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables.

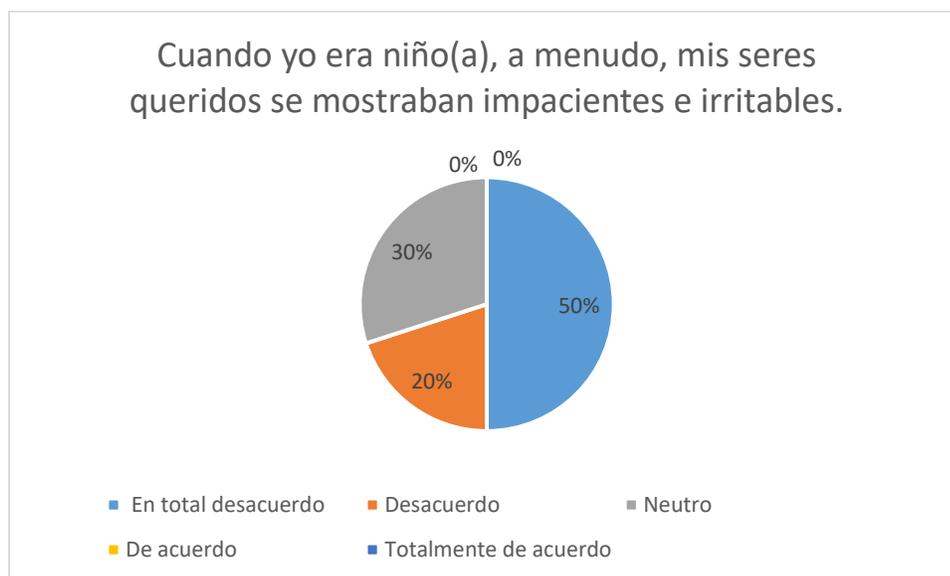


Gráfico 13: Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.

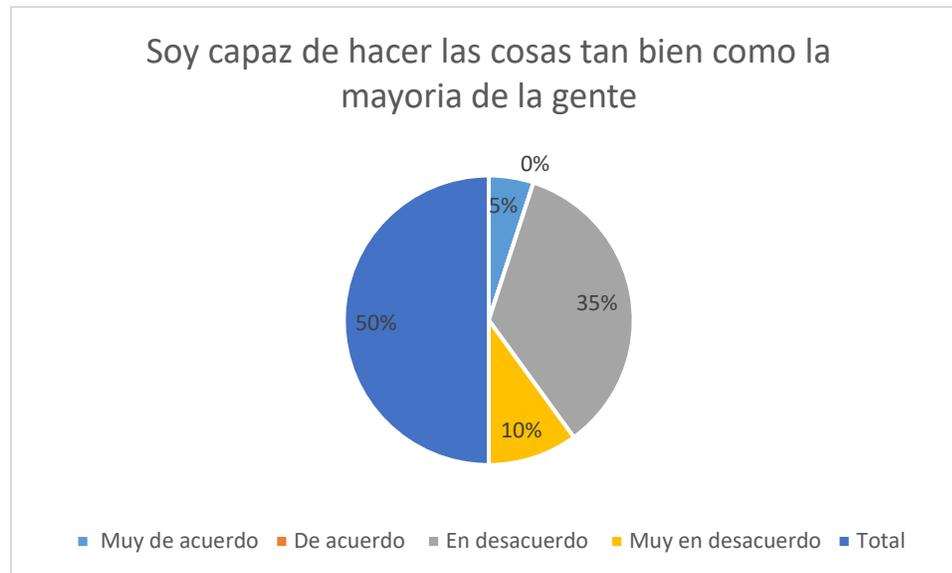


Gráfico 14: Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a

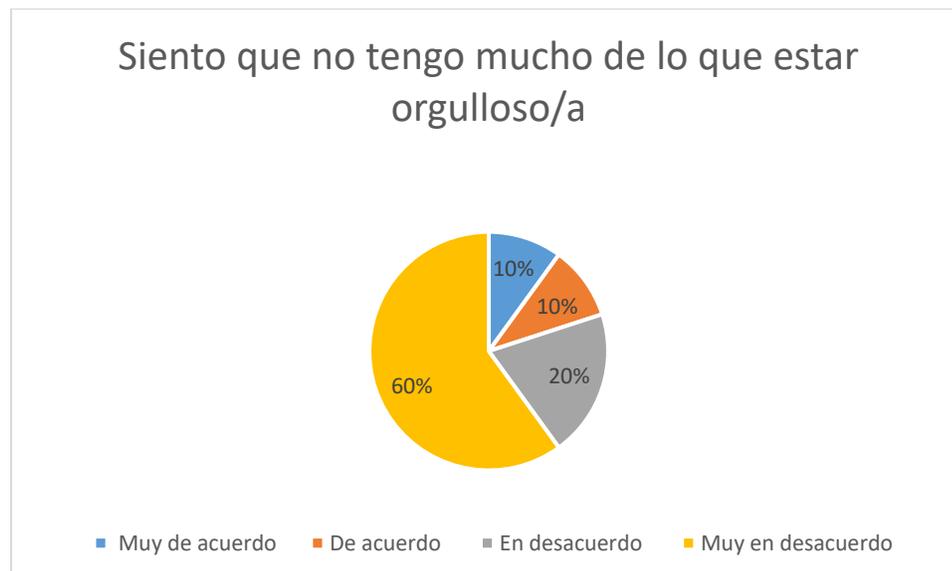


Gráfico 15: En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a



Gráfico 16: Hay veces que realmente pienso que soy un inútil

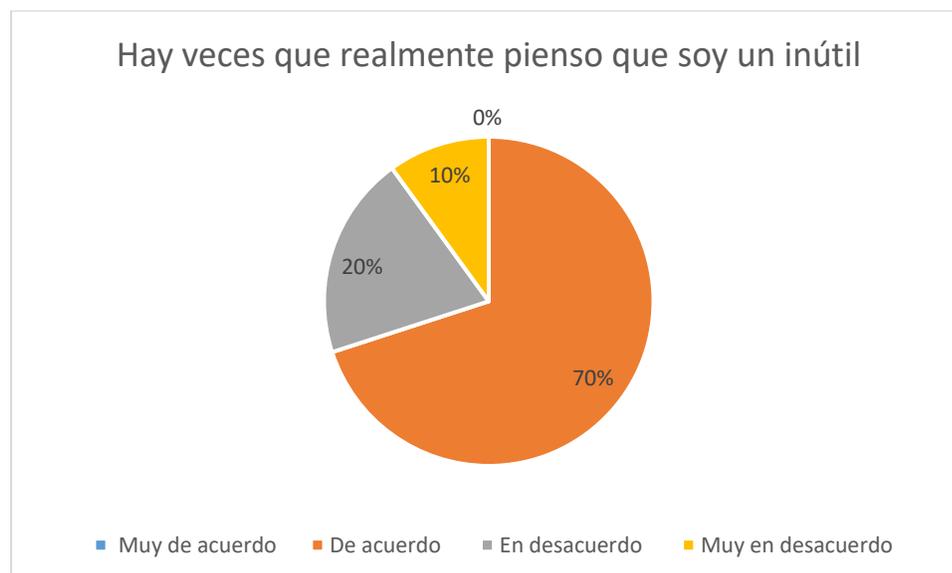


Gráfico 17: Estoy convencido que tengo cualidades buenas

