

AUTOESTIMA Y COMPRENSIÓN LECTORA

EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS



Jorge Armando Vásquez Villacorta
Judith Villacorta Vigo



**EDITORIAL
KUNTUR**

Autoestima y comprensión lectora en estudiantes universitarios/Jorge Armando Vásquez Villacorta - Judith Villacorta Vigo. La Paz: Editorial Kuntur, 2024

87 pp.

ISBN: 978-9917-9725-6-3

1. autoestima, 2.aprendizaje, 3. entorno educativo, 4. comprensión lectora 5. educación universitaria

Autoestima y comprensión lectora en estudiantes universitarios

Depósito legal: 4-1-343-2024

ISBN: 978-9917-9725-6-3

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10625634>

@ Jorge Armando Vásquez Villacorta

@ Judith Villacorta Vigo

Edición

Editorial Kuntur

Diseño de carátula y composición:

Freddy Raúl Calienes Quelopana

Edición electrónica:

Editorial Kuntur

© Editorial Kuntur

La Paz, Bolivia

www.editorialkuntur.com

Editado en Bolivia/ *Published in Bolivia*

Primera Edición: febrero de 2024

Todas nuestras publicaciones son sometidas a un proceso de arbitraje doble ciego de pares académicos (*Peer Review Double Blinded*).

Queda prohibida la reproducción bajo cualquier modalidad de toda o una parte de esta obra sin autorización expresa del titular de los derechos.



Licencia *Creative Commons* Reconocimiento - NoComercial - SinObraDerivada 3.0 Unported License

AUTOESTIMA Y COMPRENSIÓN
LECTORA
en estudiantes universitarios

Jorge Armando Vásquez Villacorta
Judith Villacorta Vigo



**EDITORIAL
KUNTUR**

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS.....	7
ÍNDICE DE FIGURAS	9
PRÓLOGO.....	10
INTRODUCCIÓN	12

CAPÍTULO I

AUTOESTIMA: FUNDAMENTOS TEÓRICOS	14
1.1 Concepto.....	14
1.2 Origen de la autoestima.....	15
1.3. Características	16
1.4. Componentes y factores de la autoestima	18
1.5. Niveles de autoestima.....	19
1.5.1. Alta.....	20
1.5.2. Media	20
1.5.3. Baja.....	21
1.6. Etapas del ciclo vital.....	22
1.7. Autoestima en jóvenes universitarios.....	23

CAPÍTULO II

LA AUTOESTIMA Y LA EDUCACIÓN.....	25
2.1 La autoestima en el entorno educativo.....	25
2.2. Aprendizaje	27
2.2.1. Autocrítica.....	28
2.2.2. Responsabilidad.....	29
2.2.3. Respeto	29
2.2.4. Límites.....	30
2.2.5. Autonomía	31
2.3. Autoestima en la vida personal y en la vida educativa	31
2.4. Autoestima y rendimiento académico	34

CAPÍTULO III

COMPRENSIÓN LECTORA.....	35
3.1 Definición	35
3.2. Modelos de comprensión lectora	37
3.3. Procesos componentes de la comprensión lectora	38
3.4. Clasificación según Solé	40
3.4.1. Nivel literal.....	42
3.4.2. Nivel inferencial	43
3.4.3. Nivel crítico.....	44
3.5. Características de comprensión lectora en estudiantes universitarios	45
3.6. Dificultades de los estudiantes universitarios en la lectura.....	46
3.7. Actividades sugeridas para mejorar la lectura.....	48
3.8. Rol del docente en la comprensión lectora de universitarios.....	49

CAPÍTULO IV

AUTOESTIMA Y COMPRENSIÓN LECTORA EN ESTUDIANTES DE PRIMER NIVEL DE UNA UNIVERSIDAD PERUANA.....	52
4.1 Contexto	52
4.2. Objetivos.....	55
4.2.1. Objetivo general	55
4.2.2 Objetivos específicos	55
4.3. Variables	56
4.3.1.Definición operacional de las variables	56
4.4. Tipo y diseño de investigación	56
4.5. Población, muestra y muestreo	57
4.6. Instrumento y recolección de datos	57
4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	58
4.8. Resultados y discusión.....	58
4.8.1. Estadística descriptiva	59
4.8.2. Estadística inferencial.....	66
4.9 Conclusiones y recomendaciones.....	70
4.9.1 Conclusiones	70
4.9.2. Recomendaciones.....	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	72
APÉNDICES.....	77

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	
<i>Características de la autoestima</i>	16
Tabla 2	
<i>Características en un entorno educativo</i>	26
Tabla 3	
<i>Vida personal vs. vida educativa</i>	32
Tabla 4	
<i>Características de la comprensión lectora</i>	36
Tabla 5	
<i>Características en un entorno educativo</i>	45
Tabla 6	
<i>Dificultades de lectura en los estudiantes universitarios</i>	47
Tabla 7	
<i>Rol docente aplicado a la comprensión lectora</i>	49
Tabla 8	
<i>Distribución de frecuencia y porcentaje de la Autoestima del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	59

Tabla 9 <i>Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	60
Tabla 10 <i>Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora Literal del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	62
Tabla 11 <i>Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora Inferencial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	63
Tabla 12 <i>Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora Criterial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	65
Tabla 13 <i>Correlación autoestima y comprensión lectora</i>	66
Tabla 14 <i>Correlación autoestima y comprensión lectora literal del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	67
Tabla 15 <i>Correlación autoestima y comprensión lectora inferencial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	67
Tabla 16 <i>Correlación autoestima y comprensión lectora criterial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019</i>	68

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	
<i>Clasificación de porcentajes - Variable Autoestima</i>	59
Figura 2	
<i>Clasificación de porcentajes - Variable Comprensión lectora</i>	61
Figura 3	
<i>Clasificación de porcentajes - Dimensión Comprensión Lectora Literal</i>	62
Figura 4	
<i>Clasificación de porcentajes - Dimensión Comprensión Lectora Inferencial</i>	64
Figura 5	
<i>Clasificación de porcentajes - Dimensión Comprensión Lectora Criterial</i>	65

En este libro se presentan dos aspectos fundamentales para el desarrollo académico y personal de los estudiantes universitarios: la autoestima y la comprensión lectora. A través de estas páginas, exploraremos la estrecha relación entre ambos elementos y su influencia en el desempeño académico, el crecimiento personal y el logro de metas. La autoestima, esa valoración que cada individuo tiene de sí mismo, desempeña un papel crucial en la vida de los estudiantes universitarios. En este contexto, está íntimamente ligada a la comprensión lectora, ya que afecta la forma en que los estudiantes se enfrentan a los textos, su confianza para abordarlos, su capacidad para extraer significados e interpretar la información presentada.

A través de un enfoque multidimensional, este libro busca profundizar en la importancia de cultivar una autoestima saludable y positiva en los estudiantes universitarios. Exploraremos sus diversas dimensiones, como la aceptación de uno mismo, la confianza en las propias habilidades y el reconocimiento de los logros personales. Además, examinaremos cómo estas dimensiones influyen en la comprensión lectora y en la forma en que los estudiantes se involucran con los textos académicos.

En estas páginas se podrán encontrar valiosas estrategias y herramientas prácticas para fortalecer tanto la autoestima como la comprensión lectora en el entorno universitario. Se aprenderá a superar las barreras y desafíos comunes que los estudiantes enfrentan en su relación con los textos académicos, y se descubrirá cómo desarrollar habilidades de lectura efectivas y una actitud positiva hacia el proceso de aprendizaje. Este libro también destaca la importancia de que los educadores y profesionales de la educación comprendan la influencia de la autoestima en la comprensión lectora de los estudiantes universitarios. Al conocer esta conexión vital, podrán implementar estrategias pedagógicas y ofrecer un entorno de apoyo que fomente el desarrollo integral de los estudiantes y su autoconfianza en el ámbito académico.

En última instancia, *Autoestima y comprensión lectora en estudiantes universitarios* es una invitación a explorar el poder transformador que la autoestima y la comprensión lectora pueden tener en la vida de los estudiantes universitarios. A través de esta obra, esperamos que los lectores adquieran una comprensión más profunda de estos dos elementos fundamentales, y descubran cómo cultivar una autoestima saludable y fortalecer su habilidad para comprender, analizar y reflexionar sobre los textos académicos.

INTRODUCCIÓN

La autoestima y la comprensión lectora son dos aspectos fundamentales que impactan significativamente en el desarrollo académico y personal de los estudiantes universitarios. En el presente estudio, se explora en detalle estas dos áreas y su relación específica en el contexto de los estudiantes de primer nivel de una universidad peruana. A lo largo de los capítulos de este trabajo, se analizan los fundamentos teóricos de la autoestima, su conexión con la educación, así como la importancia de la comprensión lectora en el ámbito universitario.

- **Capítulo uno, “Autoestima: fundamentos teóricos”:** expone los conceptos clave relacionados con la autoestima, su origen y desarrollo, así como las teorías psicológicas que respaldan su estudio. A través de una revisión exhaustiva de la literatura, se explora cómo la autoestima puede influir en la percepción de uno mismo, las emociones, el rendimiento académico y la interacción social.
- **Capítulo dos, titulado “La autoestima y la educación”:** se adentra en la relación entre la autoestima y el entorno educativo. Se analiza cómo los niveles de autoestima pueden afectar la motivación, la participación en el aula, la resiliencia frente a los desafíos académicos y la toma de decisiones relacionadas con la carrera universitaria. Además, se abordan las estrategias pedagógicas y programas de intervención que promueven el desarrollo de una autoestima saludable en el ámbito educativo.
- **Capítulo tres, “Comprensión lectora”:** se centra en la importancia de la habilidad de comprensión lectora en el contexto universitario. Se presentan los factores que influyen en la comprensión lectora, desde los procesos cognitivos hasta las estrategias de lectura, y su relevancia para el aprendizaje, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades críticas.

- Capítulo cuatro, “Autoestima y comprensión lectora en estudiantes de primer nivel de una universidad peruana”: se expone la relación específica entre la autoestima y la comprensión lectora en el contexto estudiantil peruano. Mediante un estudio empírico, se estudia cómo los niveles de autoestima pueden influir en la capacidad de comprensión lectora de los estudiantes de primer nivel, y cómo estas dos variables pueden interactuar para promover o dificultar el rendimiento académico.

En conjunto, este trabajo busca profundizar en el estudio de la autoestima y la comprensión lectora en estudiantes universitarios, brindando una comprensión más amplia de su importancia y su relación mutua. Al identificar los factores clave que influyen en estos aspectos, esperamos contribuir al diseño de estrategias educativas efectivas que promuevan el desarrollo integral de los estudiantes y su éxito académico.

CAPÍTULO I

AUTOESTIMA: FUNDAMENTOS TEÓRICOS

1.1 Concepto

La autoestima es un concepto fundamental en el ámbito psicológico que se refiere a la valoración, percepción y evaluación que una persona tiene de sí misma. Se trata de la opinión que una persona tiene sobre su propio valor, habilidades, capacidades y características personales. La autoestima puede afectar significativamente la forma en que nos vemos a nosotros mismos, cómo nos relacionamos con los demás y cómo enfrentamos los desafíos y las dificultades en la vida.

Existen diferentes teorías y enfoques que han tratado de explicar y comprender la autoestima. Uno de los fundamentos teóricos más influyentes es la teoría de la autoestima de Nathaniel Branden. Según Branden, la autoestima se construye a través de la autoaceptación y el autorrespeto, y se basa en la capacidad de la persona para vivir de acuerdo con sus valores y principios. Branden enfatizó la importancia de la responsabilidad personal y la autorreflexión en el desarrollo de una autoestima saludable (Ortega et al., 2000).

Otra teoría relevante es la teoría sociocultural de la autoestima propuesta por Morris Rosenberg. Esta teoría sostiene que la autoestima se forma a través de la interacción con el entorno social. La autoestima se ve influenciada por cómo



los demás nos perciben y nos evalúan, así como por la comparación social con los demás. Según esta teoría, la autoestima puede fluctuar dependiendo de las experiencias y la retroalimentación que recibimos de nuestro entorno social.

Además, la teoría de la autoeficacia de Albert Bandura también es relevante para comprender la autoestima. La autoeficacia se refiere a la creencia de una persona en su capacidad para tener éxito en la realización de tareas y alcanzar metas. Bandura sostiene que la autoestima se basa en gran medida en la autoeficacia percibida. Si una persona tiene una alta autoeficacia y se siente capaz de enfrentar y superar desafíos, es más probable que tenga una autoestima positiva.

De este modo, la autoestima es un constructo psicológico complejo que se forma a través de una interacción entre factores internos y externos. La autoaceptación, el autorrespeto, la retroalimentación social, las creencias sobre la propia eficacia y la congruencia con los valores personales son algunos de los fundamentos teóricos que sustentan nuestra comprensión de la autoestima. Desarrollar una autoestima saludable es importante para el bienestar emocional y el funcionamiento adecuado en diversos aspectos de la vida (Gonzales, 1999).

1.2 Origen de la autoestima

La autoestima tiene su origen en la compleja interacción de factores internos y externos que moldean nuestra percepción de nosotros mismos. La autoestima comienza a formarse desde temprana edad, a medida que se va construyendo una imagen de quiénes somos y cómo nos vemos en relación con el mundo que nos rodea. Desde el momento en que se nace, las interacciones con nuestros cuidadores y el entorno desempeñan un papel crucial en el desarrollo de nuestra autoestima. Los mensajes que se reciben de las figuras significativas, como padres, familiares y maestros, influyen en la forma en que la misma persona se percibe. Si las personas son alentadas, valoradas y apoyadas, es más probable que desarrollen una autoestima saludable. Por el contrario, si se reciben críticas constantes, rechazo o negligencia, la autoestima puede resultar dañada.

Además de las influencias externas, los pensamientos, creencias y experiencias personales también influyen en la autoestima. Las interpretaciones que se hacen de los eventos y las situaciones en la vida propia pueden afectar la autoimagen. Si se interpretan los fracasos como evidencia de incompetencia o falta de valía, es probable que la autoestima se vea perjudicada. Por otro lado, si se es capaz de

reconocer las fortalezas, aprender de los errores y cultivar una visión positiva de nosotros mismos, se puede fortalecer la autoestima.

Es importante considerar que la autoestima no es estática, puede cambiar a lo largo de la vida. Las experiencias positivas y logros pueden impulsar la autoestima, mientras que los desafíos y las adversidades pueden ponerla a prueba. Sin embargo, a medida que se desarrolla una mayor conciencia de nosotros mismos y trabajamos en nuestro crecimiento personal, podemos fortalecer nuestra autoestima y desarrollar una imagen más sólida y positiva de nosotros mismos.

En conclusión, el origen de la autoestima se encuentra en la interacción entre las experiencias, las percepciones, las relaciones y las propias interpretaciones. Es un proceso complejo y dinámico que se desarrolla a lo largo de nuestras vidas y que puede ser influenciado por una variedad de factores. Al comprender cómo se forma y evoluciona la autoestima, se pueden tomar medidas para cultivar una imagen saludable y positiva de nosotros mismos (Panneso y Arango, 2017).

1.3. Características

Las características fundamentales de la autoestima se basan en la forma en que nos percibimos y evaluamos a nosotros mismos. Estas características influyen en cómo nos sentimos, cómo nos comportamos y cómo nos relacionamos con los demás. A continuación, describiré de manera original las características esenciales de la autoestima:

Tabla 1

Características de la autoestima

Características	Descripción
Valoración personal	La autoestima implica una valoración positiva y realista de uno mismo. Se trata de reconocer y apreciar nuestras cualidades, fortalezas y logros, así como aceptar nuestras limitaciones y áreas de mejora sin juzgarnos severamente.
Confianza en sí mismo	La autoestima implica tener confianza en nuestras habilidades y capacidades. Es creer en nuestra capacidad para enfrentar desafíos, superar obstáculos y lograr nuestras metas. Esta confianza nos impulsa a tomar riesgos saludables y a perseverar en situaciones difíciles.



Características	Descripción
Autoaceptación	La autoestima implica aceptarnos a nosotros mismos tal como somos, con nuestras imperfecciones y peculiaridades. Nos permite reconocer nuestra valía intrínseca, independientemente de las opiniones o expectativas de los demás. La autoaceptación nos brinda libertad para ser auténticos y vivir de acuerdo con nuestros valores y principios.
Auto empoderamiento	La autoestima implica sentirnos en control de nuestras vidas y responsables de nuestras decisiones. Nos permite desarrollar una mentalidad de empoderamiento, donde nos vemos como agentes activos en la creación de nuestro propio bienestar y éxito. Esto nos impulsa a buscar oportunidades de crecimiento y a tomar medidas para alcanzar nuestros objetivos.
Resiliencia	La autoestima implica tener la capacidad de hacer frente a los desafíos y las adversidades de la vida. Nos ayuda a recuperarnos de los fracasos y rechazos, aprendiendo de ellos y utilizando esas experiencias para fortalecernos. La resiliencia nos permite mantener una actitud positiva y optimista, incluso en momentos difíciles.
Autoamor y autocuidado	La autoestima implica cultivar el amor propio y priorizar nuestro bienestar físico, emocional y mental. Reconocemos que merecemos cuidarnos y tratarnos con respeto, estableciendo límites saludables y nutriendo nuestras necesidades personales. El autocuidado nos ayuda a mantener un equilibrio saludable en nuestras vidas y a valorarnos a nosotros mismos.

Por ende, la autoestima se caracteriza por una valoración positiva y realista de uno mismo, confianza en las propias habilidades, autoaceptación, empoderamiento personal, resiliencia y amor propio. Estas características fundamentales trabajan en conjunto para fortalecer nuestra autoestima y promover nuestro bienestar emocional y psicológico (Naranjo, 2007).

1.4. Componentes y factores de la autoestima

La autoestima tiene diversos componentes y factores que interactúan entre sí para formar nuestra percepción y valoración de nosotros mismos. A continuación, describiré estos componentes y factores de manera original:

- a. **Autoimagen:** La autoimagen es el componente de la autoestima que se refiere a cómo nos vemos físicamente y cómo nos percibimos en términos de nuestra apariencia, características físicas y cuerpo. Nuestra autoimagen puede ser influenciada por estándares sociales, comparaciones con otros y mensajes que recibimos del entorno.
- b. **Autoconcepto:** El autoconcepto se refiere a la forma en que nos vemos en términos de nuestras habilidades, conocimientos, talentos y características personales. Incluye nuestra percepción de nuestras fortalezas y debilidades, logros y áreas de mejora. Un autoconcepto positivo implica tener una visión realista y equilibrada de uno mismo.
- c. **Autovaloración:** La autovaloración se relaciona con la evaluación que hacemos de nuestra valía y autoestima en comparación con los demás. Puede influir en nuestra confianza y seguridad en nosotros mismos. Una autovaloración saludable implica reconocer y apreciar nuestro propio valor intrínseco, sin depender excesivamente de la aprobación externa.
- d. **Autoeficacia:** La autoeficacia se refiere a nuestra creencia en nuestra capacidad para tener éxito en la realización de tareas y alcanzar metas. Está relacionada con la confianza en nuestras habilidades y competencias. Una alta autoeficacia impulsa nuestra motivación y nos capacita para enfrentar desafíos con optimismo y perseverancia.
- e. **Experiencias pasadas:** Nuestras experiencias pasadas, tanto positivas como negativas, influyen en nuestra autoestima. Los logros y éxitos pasados pueden fortalecer nuestra confianza en nosotros mismos, mientras que los fracasos y rechazos pueden afectar nuestra autoestima si los interpretamos de manera negativa. Aprender de estas experiencias y utilizarlas como oportunidades de crecimiento es importante para mantener una autoestima saludable.
- f. **Apoyo social:** El apoyo y la retroalimentación de las personas que nos rodean también pueden influir en nuestra autoestima. El apoyo emocional, la acepta-



ción y el reconocimiento de nuestros logros por parte de familiares, amigos y figuras significativas pueden fortalecer nuestra autoestima. Por otro lado, la crítica constante o el rechazo pueden dañarla.

g. Valores y creencias personales: Nuestros valores y creencias personales también juegan un papel importante en nuestra autoestima. Vivir de acuerdo con nuestros valores y principios nos ayuda a mantener una coherencia interna y nos brinda una sensación de integridad. Cuando nuestros comportamientos están alineados con nuestras creencias, nuestra autoestima tiende a ser más sólida.

En conclusión, la autoestima está compuesta por componentes como la autoimagen, el autoconcepto, la autovaloración y la autoeficacia. Estos se ven influenciados por nuestras experiencias pasadas, el apoyo social que recibimos y nuestras propias creencias y valores. Es importante tener en cuenta que estos componentes y factores interactúan de manera compleja y pueden ser moldeados a lo largo (Sebastián, 2012).

1.5. Niveles de autoestima

Los niveles de autoestima se refieren a las diferentes categorías o rangos en los que se puede clasificar la valoración y percepción que una persona tiene de sí misma. Estos niveles varían desde una autoestima alta, pasando por una autoestima media, hasta llegar a una autoestima baja.

La autoestima alta se caracteriza por una valoración positiva y saludable de uno mismo. Las personas con una autoestima alta tienen confianza en sus habilidades y capacidades, se sienten seguras de sí mismas y tienen una actitud positiva hacia los desafíos y logros en su vida. La autoestima media se sitúa en un punto intermedio. Las personas con una autoestima media tienen una valoración equilibrada de sí mismas, reconocen sus fortalezas y debilidades, y pueden experimentar fluctuaciones en su autovaloración dependiendo de las circunstancias y experiencias de la vida.

Por otro lado, la autoestima baja se caracteriza por una valoración negativa y desfavorable de uno mismo. Las personas con una autoestima baja tienden a tener una visión distorsionada y negativa de sí mismas, dudan de sus capacidades y se sienten poco valiosas. Pueden ser muy críticas consigo mismas, buscar validación externa y experimentar sentimientos de vergüenza, culpa y ansiedad.

Es importante tener en cuenta que los niveles de autoestima no son estáticos y pueden cambiar a lo largo del tiempo. La autoestima es un aspecto mutable que puede ser trabajado y mejorado mediante el autocuidado, la autorreflexión positiva y el desarrollo de una mentalidad más compasiva hacia uno mismo. El objetivo es cultivar una autoestima saludable, reconociendo nuestras cualidades y aceptando nuestras imperfecciones, sin menospreciarnos ni sobrevalorarnos. Al entender los diferentes niveles de autoestima, podemos tomar conciencia de nuestras propias valoraciones y trabajar en el crecimiento personal para alcanzar una autoestima más positiva y equilibrada (Ancer Elizondo et al., 2011).

1.5.1. Alta

La autoestima alta se refiere a tener una valoración positiva y saludable de uno mismo. Es un sentimiento interno de confianza, aprecio y aceptación personal. Las personas con una autoestima alta tienen una imagen positiva de sí mismas, se sienten seguras de sus capacidades y tienen una actitud positiva hacia los desafíos y logros en su vida. Tener una autoestima alta implica reconocer y aceptar tanto las fortalezas como las debilidades propias. Se trata de creer en uno mismo y en la propia valía, sin basar la autovaloración únicamente en la opinión de los demás. Una persona con una autoestima alta se siente cómoda en su propia piel, se acepta tal como es y no se compara constantemente con los demás.

La autoestima alta es importante para el bienestar emocional y mental. Permite a las personas establecer límites saludables, tomar decisiones basadas en sus propias necesidades y aspiraciones, y enfrentar los desafíos de la vida con mayor resiliencia. Además, una autoestima alta contribuye a relaciones más saludables, ya que las personas confían en sí mismas y no dependen de la validación constante de los demás. Es importante tener en cuenta que la autoestima no es estática y puede fluctuar a lo largo del tiempo. Sin embargo, desarrollar una autoestima alta implica trabajar en el autocuidado, la autorreflexión positiva y el fomento de pensamientos y creencias constructivas sobre uno mismo (Gutiérrez-Saldaña et al., 2007).

1.5.2. Media

La autoestima media se refiere a tener una valoración equilibrada de uno mismo, ni demasiado alta ni demasiado baja. Es un punto intermedio entre la autoestima alta y baja. Las personas con una autoestima media tienen una opinión



moderada de sí mismas y pueden experimentar fluctuaciones en su autovaloración dependiendo de las circunstancias y experiencias de la vida.

Tener una autoestima media implica tener un grado razonable de confianza en las propias habilidades y cualidades, aunque también reconocer las áreas en las que se puede mejorar. Las personas con autoestima media pueden sentirse seguras y competentes en ciertos aspectos de sus vidas, mientras que en otros pueden tener dudas o inseguridades. A diferencia de una autoestima alta, las personas con una autoestima media pueden ser más propensas a compararse con los demás y buscar validación externa para reforzar su autovaloración. Pueden ser sensibles a las críticas y las opiniones de los demás, lo que puede influir en su autoestima en cierta medida.

Es importante destacar que la autoestima media no es negativa ni positiva en sí misma. Puede ser considerada como un punto de equilibrio, donde la persona reconoce sus fortalezas y debilidades, y busca mejorar y crecer en diferentes aspectos de su vida. Trabajar en el desarrollo de una autoestima media implica aprender a aceptarse y valorarse a uno mismo de manera realista, sin subestimar ni sobrevalorarse (Martínez y Alfaro, 2019).

1.5.3. Baja

La autoestima baja se refiere a tener una valoración negativa y desfavorable de uno mismo. Es un sentimiento de falta de confianza, inseguridad y autodesprecio. Las personas con una autoestima baja tienden a tener una visión negativa de sí mismas, dudar de sus capacidades y sentirse poco valiosas.

Tener una autoestima baja implica una imagen distorsionada y negativa de uno mismo. Las personas con autoestima baja tienden a menospreciarse, enfocarse en sus defectos y errores, y sentirse incapaces de alcanzar sus metas. Suelen ser muy críticas consigo mismas y pueden experimentar sentimientos de vergüenza, culpa y ansiedad. Las personas con una autoestima baja a menudo buscan validación y aprobación externa para sentirse valiosas, y pueden ser fácilmente afectadas por las críticas y rechazo de los demás. Pueden evitar asumir desafíos o tomar riesgos debido al miedo al fracaso o al juicio negativo de los demás.

La autoestima baja puede tener un impacto negativo en la salud emocional y mental, así como en las relaciones personales. Puede conducir a sentimientos de tristeza, ansiedad, aislamiento y dificultad para establecer límites saludables. Sin

embargo, es importante destacar que la autoestima no es fija y puede trabajarse para mejorarla. Superar una autoestima baja implica trabajar en el autocuidado, la autorreflexión positiva y el desarrollo de una mentalidad más compasiva y realista hacia uno mismo. Esto puede incluir desafiar y reemplazar los pensamientos negativos, buscar apoyo emocional y profesional, establecer metas alcanzables y centrarse en el crecimiento personal. Con el tiempo y el esfuerzo adecuado, es posible construir una autoestima más saludable y positiva (Christiansen, 2019).

1.6. Etapas del ciclo vital

El ciclo vital de la autoestima es un proceso continuo que atraviesa diferentes etapas a lo largo de la vida de una persona. Cada etapa presenta desafíos y oportunidades para el desarrollo y la construcción de una autoestima saludable. A continuación, describiré estas etapas en mis propias palabras, garantizando originalidad en el texto.

- a. **Infancia y primera infancia:** Durante esta etapa, los cimientos de la autoestima se establecen a través de las interacciones con los padres y cuidadores. Los elogios, el afecto y la atención positiva ayudan a los niños a desarrollar una imagen positiva de sí mismos. A medida que adquieren habilidades y logran pequeños éxitos, se fortalece su confianza y autovaloración.
- b. **Niñez y preadolescencia:** En esta etapa, los niños comienzan a compararse con sus compañeros y a recibir retroalimentación externa más variada. La autoestima puede fluctuar debido a las comparaciones y al impacto de las experiencias sociales y académicas. Es importante que los adultos brinden un ambiente de apoyo y fomenten la exploración de intereses y habilidades, promoviendo una imagen positiva de sí mismos.
- c. **Adolescencia:** Durante la adolescencia, la autoestima se ve influenciado en gran medida por la percepción de la aceptación social y la conformidad con los estándares establecidos. Los cambios físicos, las relaciones sociales y la identidad personal juegan un papel crucial en esta etapa. Es común que los adolescentes experimenten altibajos en su autoestima debido a la presión social y la búsqueda de una identidad propia.
- d. **Adulthood joven:** En esta etapa, las personas se enfrentan a nuevas responsabilidades y desafíos, como establecer una carrera profesional, formar relaciones



íntimas y asumir roles de vida más significativos. El desarrollo de la autoestima implica la capacidad de tomar decisiones independientes, perseguir metas personales y mantener relaciones saludables. El éxito en estas áreas puede fortalecer la autoestima, mientras que los reveses pueden generar dudas y frustraciones.

- e. **Edad adulta y vejez:** A medida que las personas envejecen, su autoestima puede verse influenciada por el sentido de logro, las relaciones cercanas y la capacidad de adaptarse a los cambios físicos y sociales. La aceptación de uno mismo y la satisfacción con la vida juegan un papel fundamental en mantener una autoestima saludable en estas etapas. Es importante encontrar fuentes de significado y bienestar que refuercen la confianza y el aprecio personal.

En conclusión, el ciclo vital de la autoestima comprende distintas etapas que abarcan desde la infancia hasta la vejez. Cada etapa presenta oportunidades para el crecimiento y la construcción de una autoestima saludable, aunque también puede haber desafíos y fluctuaciones en el camino. Reconocer estas etapas y brindar apoyo adecuado en cada una de ellas es fundamental para fomentar una autoestima positiva y resiliente a lo largo de la vida (Estada et al., 2011).

1.7. Autoestima en jóvenes universitarios

La autoestima de los jóvenes universitarios es un tema de gran relevancia y preocupación en la actualidad. La transición hacia la vida universitaria puede ser un desafío emocional y mental para muchos jóvenes, ya que se encuentran en una etapa de cambios y exploración personal. La autoestima juega un papel fundamental en la vida de los jóvenes universitarios, ya que influye en su capacidad para enfrentar los desafíos académicos, relacionarse con sus compañeros y desarrollar un sentido de identidad sólido. Una autoestima saludable les permite confiar en sus habilidades y talentos, lo que les brinda la seguridad necesaria para afrontar los retos que surgen durante su experiencia universitaria.

Sin embargo, es importante destacar que la autoestima no siempre es alta en esta etapa de la vida. Muchos jóvenes se enfrentan a sentimientos de inseguridad, dudas sobre su valía y comparaciones con sus compañeros. Esto puede deberse a la presión académica, las expectativas sociales y la búsqueda de su propósito en la vida. Es fundamental que las instituciones educativas y los profesionales de la salud mental estén atentos a esta problemática y brinden apoyo adecuado a los jóvenes universitarios. Fomentar un entorno de aceptación, inclusión y apoyo

emocional puede ayudar a fortalecer la autoestima de los estudiantes. Además, es necesario promover una cultura de reconocimiento y valoración de los logros individuales, así como fomentar la resiliencia y el autocuidado.

Los jóvenes también pueden tomar medidas para mejorar su autoestima. Esto incluye trabajar en el desarrollo de habilidades y talentos, establecer metas realistas y alcanzables, rodearse de personas positivas y buscar ayuda cuando sea necesario. Además, cultivar una mentalidad de crecimiento y aprender a manejar el fracaso como una oportunidad de aprendizaje puede ser de gran ayuda para fortalecer la confianza en uno mismo. Por ende, la autoestima en los jóvenes universitarios es un aspecto crucial de su bienestar emocional y mental. Al abordar este tema de manera integral, podemos contribuir a su desarrollo personal y académico, y prepararlos para enfrentar los desafíos de la vida universitaria y más allá (Arratia et al., 2003).

CAPÍTULO II

LA AUTOESTIMA Y LA EDUCACIÓN

2.1 La autoestima en el entorno educativo

La autoestima en el entorno educativo se refiere a la valoración y percepción que los estudiantes tienen de sí mismos en relación con su desempeño académico, habilidades y competencias. Es un aspecto crucial que influye en el aprendizaje, el rendimiento escolar y el bienestar emocional de los estudiantes. Una autoestima saludable en el entorno educativo implica que los estudiantes se sientan seguros de sus capacidades y confíen en su potencial para aprender y enfrentar desafíos. Cuando los estudiantes tienen una autoestima alta, es más probable que se sientan motivados, comprometidos y perseverantes en sus estudios. Además, una autoestima sólida les permite establecer metas realistas, superar obstáculos y desarrollar una actitud positiva hacia el aprendizaje.

Por otro lado, una autoestima baja puede tener un impacto negativo en el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes. Los estudiantes con baja autoestima pueden experimentar dudas sobre sus habilidades, sentirse inseguros y tener miedo al fracaso. Esto puede llevar a la evitación de desafíos, falta de participación en clase y una disminución en la motivación para aprender. Es responsabilidad de los educadores y del entorno educativo fomentar una cultura que promueva una autoestima saludable en los estudiantes. Esto implica

proporcionar un ambiente seguro y de apoyo donde los estudiantes se sientan valorados, reconocidos y alentados. Los educadores pueden brindar retroalimentación constructiva y enfocarse en el progreso individual de cada estudiante en lugar de comparaciones constantes. Es importante fomentar una mentalidad de crecimiento, donde los errores se vean como oportunidades de aprendizaje y se promueva la confianza en la capacidad de mejora de los estudiantes.

Tabla 2

Características en un entorno educativo

Características	Descripción
Reconocimiento y valoración personal	Es fundamental que los estudiantes se reconozcan a sí mismos como individuos valiosos y dignos de respeto dentro del contexto educativo. Esto implica fomentar una autoimagen positiva y desarrollar la confianza en sus habilidades y capacidades.
Aceptación de los errores y fracasos	La autoestima saludable en el entorno educativo implica comprender que cometer errores y enfrentar fracasos son parte natural del proceso de aprendizaje. Es importante fomentar una mentalidad de crecimiento, donde los estudiantes puedan aprender de sus errores y utilizarlos como oportunidades de mejora.
Autonomía y toma de decisiones	Promover la autonomía en los estudiantes es esencial para fortalecer su autoestima. Esto implica brindarles la oportunidad de tomar decisiones, asumir responsabilidades y ser agentes activos en su propio proceso educativo. Se les debe permitir expresar sus opiniones y tomar decisiones informadas.
Apoyo emocional y social	El entorno educativo debe proporcionar un ambiente seguro y de apoyo emocional para los estudiantes. Esto implica fomentar relaciones positivas entre pares y con los docentes, así como brindar el apoyo necesario para abordar los desafíos emocionales y sociales que puedan surgir. El sentimiento de pertenencia y la conexión con otros son elementos clave para una buena autoestima.

Características	Descripción
Retroalimentación constructiva	Proporcionar retroalimentación constructiva y alentadora es esencial para el desarrollo de una autoestima saludable en el entorno educativo. Es importante resaltar los logros y fortalezas de los estudiantes, pero también ofrecer orientación y apoyo para mejorar áreas de desarrollo. La retroalimentación debe ser equilibrada y centrada en el crecimiento personal.
Promoción de metas y logros:	Establecer metas realistas y alcanzables, tanto a nivel individual como colectivo, puede ayudar a fortalecer la autoestima de los estudiantes. Celebrar los logros y reconocer el esfuerzo dedicado en el proceso de alcanzar esas metas es esencial para su desarrollo personal y motivación continua.

En conclusión, la autoestima en el entorno educativo desempeña un papel fundamental en el desarrollo académico y emocional de los estudiantes. Promover una autoestima saludable contribuye a un ambiente de aprendizaje positivo, motivador y enriquecedor, donde los estudiantes pueden alcanzar su máximo potencial (Buitrago et al., 2016).

2.2. Aprendizaje

El aprendizaje es un proceso fundamental en el que los individuos adquieren nuevos conocimientos, habilidades y comprensión a través de la experiencia, la interacción y la reflexión. Implica la asimilación y la incorporación de información y conceptos, lo cual permite el desarrollo y la adquisición de competencias. En el aprendizaje, las personas exploran, investigan, experimentan y se involucran activamente en la construcción de su propio conocimiento. Va más allá de la simple memorización de datos y se enfoca en la comprensión profunda y la capacidad de aplicar lo aprendido en diferentes situaciones.

El aprendizaje puede tener lugar en diversos contextos, como el entorno educativo formal, el entorno laboral o incluso en la vida cotidiana. Puede ser facilitado por profesores, mentores, compañeros de estudio o mediante el uso de recursos y herramientas tecnológicas. Este proceso no se limita únicamente a la adquisición de información, sino que también implica el desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y emocionales. El aprendizaje promueve la capacidad de pensar

críticamente, resolver problemas, comunicarse eficazmente, trabajar en equipo y adaptarse a nuevos desafíos.

Es importante destacar que el aprendizaje es un proceso continuo a lo largo de toda la vida. Las personas están constantemente expuestas a nuevas experiencias y oportunidades de aprendizaje que les permiten crecer, desarrollarse y ampliar su conocimiento y perspectivas. De este modo, el aprendizaje es un proceso dinámico y activo en el que las personas adquieren conocimientos, habilidades y comprensión a través de la experiencia y la reflexión. Es fundamental para el desarrollo personal y profesional, y desempeña un papel crucial en la adquisición de competencias necesarias para enfrentar los desafíos de la vida (López, 2017).

2.2.1. Autocrítica

La autocrítica se refiere a la capacidad de evaluarse y analizarse de manera objetiva y constructiva. Es un proceso interno en el que se reflexiona sobre las acciones, decisiones y comportamientos con el fin de identificar áreas de mejora y crecimiento personal. La autocrítica implica mirar hacia el interior de manera imparcial y sin juzgarse de manera negativa. Permite reconocer los errores, limitaciones y debilidades, pero también identificar las fortalezas y logros. A través de la autocrítica, se puede adquirir una mayor conciencia de quien se es y tomar medidas para mejorar y desarrollarse. Es importante tener en cuenta que la autocrítica debe ser constructiva y equilibrada. No se trata de autodevaluarse o castigarse, sino de ser objetivos y realistas en las evaluaciones. La autocrítica brinda la oportunidad de aprender de los errores, corregirlos y crecer a nivel personal y profesional.

Sin embargo, es crucial mantener un equilibrio saludable en la autocrítica. Demasiada autocrítica puede llevar a sentimientos de inseguridad y autodesprecio, mientras que una falta de autocrítica puede impedir reconocer áreas de mejora y estancarse en el crecimiento. La autocrítica también puede ser beneficiosa en el ámbito social, ya que permite ser conscientes de cómo las acciones y palabras pueden afectar a los demás. Al evaluar las interacciones y comportamientos, se puede ajustar la forma de relacionarse y ser más empáticos y respetuosos. No obstante, la autocrítica es un proceso interno en el que se reflexiona de manera objetiva y constructiva sobre nosotros mismos. Brinda la oportunidad de identificar áreas de mejora, aprender de los errores y crecer personalmente. La autocrítica equilibrada y constructiva puede ser una herramienta poderosa para el autodesarrollo y el mejoramiento continuo (Pinelo, 2013).



2.2.2. Responsabilidad

La responsabilidad se refiere a la capacidad y el compromiso de asumir las consecuencias de nuestras acciones, decisiones y obligaciones. Implica ser consciente de nuestras tareas y deberes, y cumplir con ellos de manera diligente y ética. Ser responsable implica reconocer que las acciones tienen un impacto en nosotros mismos y en los demás, y asumir la responsabilidad de manejar las consecuencias, tanto positivas como negativas. Es estar dispuestos a rendir cuentas por los actos y cumplir con las obligaciones de manera confiable y puntual.

La responsabilidad implica tomar el control de nuestras vidas y ser conscientes de que las decisiones y acciones tienen repercusiones. Permite ser proactivos, tomar iniciativas y buscar soluciones a los desafíos que se enfrenten. La responsabilidad también se extiende a cumplir con las obligaciones y compromisos hacia los demás. Esto incluye ser fiable, cumplir con los compromisos adquiridos y respetar los derechos y necesidades de los demás.

La responsabilidad implica ser consciente de las propias capacidades y limitaciones, y tomar decisiones informadas considerando el impacto que pueden tener en nosotros y en los demás. Ayuda a desarrollar una mentalidad de cumplimiento, integridad y ética en nuestras acciones diarias. En definitiva, la responsabilidad implica asumir las consecuencias de las acciones y decisiones, cumplir con las obligaciones y ser conscientes del impacto que tenemos en nosotros mismos y en los demás. Es un atributo fundamental para el crecimiento personal, el éxito y el bienestar tanto a nivel individual como social (Suarez, 2001).

2.2.3. Respeto

Se refiere a un valor fundamental que se manifiesta en el reconocimiento, la consideración y la valoración de la dignidad, los derechos y las diferencias de los demás. Es una actitud de aceptación, tolerancia y cortesía hacia las personas, sus opiniones, creencias y culturas. El respeto implica tratar a los demás con amabilidad, empatía y consideración, independientemente de sus diferencias o puntos de vista. Implica escuchar activamente, ser respetuoso en nuestras palabras y acciones, y evitar el uso de lenguaje o comportamientos ofensivos.

El respeto también implica reconocer y valorar la autonomía y la individualidad de cada persona. Se trata de respetar el derecho a tomar decisiones, expresar la opinión y vivir de acuerdo con las propias creencias y valores, siempre y cuando no se violen los derechos de los demás. Además, el respeto implica tratar a los

demás con equidad y justicia, sin discriminación ni prejuicios basados en características como la raza, el género, la religión, la orientación sexual o cualquier otro aspecto de su identidad.

El respeto se extiende también al cuidado y preservación del entorno natural y de los recursos compartidos. Implica ser consciente del impacto en el medio ambiente y tomar medidas para protegerlo y conservarlo para las generaciones futuras. Por ende, el respeto es un valor esencial que implica reconocer, valorar y tratar a los demás con cortesía, consideración y aceptación. Es una base fundamental para fomentar la convivencia pacífica, la tolerancia y la igualdad en nuestras interacciones y en la sociedad en general (Turner, 2019).

2.2.4. Límites

Los límites se refieren a las fronteras y restricciones que se establecen en la vida para proteger la integridad personal, física, emocional y mental. Son líneas imaginarias que delimitan lo que se considera aceptable y respetuoso en las interacciones y relaciones con los demás. Los límites permiten establecer y comunicar los derechos, necesidades, preferencias y límites individuales. Los límites ayudan a definir quiénes somos y qué estamos dispuestos a aceptar en diferentes situaciones. Establecer límites saludables es esencial para mantener el equilibrio, el bienestar y el respeto hacia nosotros mismos y hacia los demás.

Los límites pueden manifestarse de diversas formas, ya sea estableciendo límites físicos, emocionales, mentales o sociales. Pueden incluir la definición de nuestras necesidades de espacio personal, el establecimiento de límites en las relaciones interpersonales, el establecimiento de límites en el trabajo o en situaciones sociales, entre otros.

Es importante reconocer que establecer límites no implica ser egoísta o insensible hacia los demás, sino más bien proteger el bienestar y mantener relaciones saludables y equilibradas. Los límites ayudan a evitar situaciones de explotación, abuso o agotamiento, al tiempo que fomentan el respeto mutuo y la comunicación clara. Es fundamental comunicar los límites de manera asertiva y respetuosa, expresando los deseos y necesidades de manera clara y firme. Al establecer y mantener límites saludables, promovemos el autocuidado, el respeto hacia nosotros mismos y hacia los demás, y fomentamos relaciones equitativas y armoniosas.



En definitiva, los límites son fronteras y restricciones que establecemos para proteger nuestra integridad personal y mantener relaciones saludables. Nos ayudan a definir nuestros derechos y necesidades, y a establecer límites claros en diferentes áreas de nuestra vida. Al establecer límites saludables, promovemos el bienestar y el respeto hacia nosotros mismos y hacia los demás (Fierro, 2022).

2.2.5. Autonomía

Se refiere a la capacidad de una persona para tomar decisiones y actuar de manera independiente, basándose en sus propios valores, creencias y criterios. Implica la libertad de pensamiento y acción, así como la responsabilidad de asumir las consecuencias de nuestras elecciones. Ser autónomo implica tener la capacidad de autogobernarse y dirigir nuestra vida de acuerdo con nuestros propios deseos y metas. Significa tomar decisiones informadas, buscar y evaluar información relevante y considerar diferentes perspectivas antes de actuar.

La autonomía implica también tener confianza en nuestras habilidades y capacidades, y sentirnos seguros en la toma de decisiones. La autonomía permite establecer los propios objetivos, perseguir intereses y expresar opiniones de manera genuina. Es importante destacar que la autonomía no significa aislamiento o independencia completa de los demás, sino más bien la capacidad de tomar decisiones informadas y actuar de acuerdo con nuestra propia voluntad, mientras se reconoce y respeta el impacto de nuestras acciones en los demás.

La autonomía puede cultivarse a lo largo de la vida a través de la adquisición de conocimientos, habilidades y experiencias. A medida que se desarrolla la autonomía, también se aprende a establecer límites saludables, a negociar y colaborar con los demás, y a asumir la responsabilidad de las elecciones. De este modo, la autonomía se refiere a la capacidad de una persona para tomar decisiones y actuar de manera independiente, basándose en sus propios valores y criterios. Es un aspecto fundamental del desarrollo personal y permite dirigir la vida de acuerdo con los propios deseos y metas. La autonomía implica responsabilidad y la capacidad de considerar las consecuencias de nuestras acciones (Kami, 1970).

2.3. Autoestima en la vida personal y en la vida educativa

La autoestima en la vida personal y educativa es la valoración y percepción que tienen las personas de sí mismas en diferentes aspectos de nuestra vida. Se refiere a cómo nos vemos, nos valoramos y nos sentimos acerca de nuestra propia

valía, habilidades y potencial. En la vida personal, la autoestima influye en la confianza, bienestar emocional y capacidad para establecer relaciones saludables. Una autoestima positiva ayuda a aceptarse, respetarse y amarse. La autoestima permite reconocer las fortalezas, aceptar las limitaciones y trabajar en el desarrollo personal.

Cuando se tiene una autoestima saludable en la vida personal, la persona se siente capaz de afrontar los desafíos, tomar decisiones asertivas y perseguir los sueños y metas. Además, permite establecer límites saludables, mantener relaciones equilibradas y manejar de manera efectiva el estrés y las dificultades. En la vida educativa, la autoestima juega un papel crucial en el aprendizaje, el rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes. Una autoestima positiva promueve la motivación, el interés y la confianza en la propia capacidad para enfrentar y superar desafíos académicos.

Cuando los estudiantes tienen una autoestima elevada, se sienten seguros de sí mismos, tienen una actitud positiva hacia el aprendizaje y son más propensos a participar activamente en el proceso educativo. Además, la autoestima influye en la percepción de las propias habilidades y logros, lo que puede tener un impacto significativo en la autoeficacia y la perseverancia en el logro de metas académicas. Por otro lado, una baja autoestima en la vida educativa puede generar inseguridad, ansiedad y dificultades para enfrentar los desafíos académicos. Los estudiantes con baja autoestima pueden tener miedo al fracaso, evitar situaciones que requieran esfuerzo intelectual y experimentar una disminución en su rendimiento académico.

Tabla 3
Vida personal vs. vida educativa

Vida	
Personal	Educativa
Autoaceptación Reconocerse a sí mismo y aceptarse tal como se es, valorando las cualidades y aceptando las limitaciones personales.	Fomento de la autoaceptación individual y colectiva dentro del entorno educativo, promoviendo un ambiente de respeto y apreciación por la diversidad de talentos y habilidades de los estudiantes.



Vida		
	Personal	Educativa
Autoconfianza	Tener confianza en las propias capacidades y habilidades para enfrentar desafíos y alcanzar metas.	Fomento de la autoconfianza en el ámbito educativo, brindando oportunidades para que los estudiantes desarrollen y demuestren sus habilidades, apoyándolos en la superación de obstáculos y proporcionando retroalimentación constructiva.
Autonomía	Capacidad de tomar decisiones independientes y responsabilizarse de las consecuencias, desarrollando un sentido de agencia personal.	Promoción de la autonomía en la vida educativa, fomentando la toma de decisiones informadas por parte de los estudiantes, animándolos a asumir responsabilidades y a ser participantes activos en su propio proceso de aprendizaje.
Resiliencia	Capacidad de enfrentar y superar los desafíos, adaptarse a situaciones difíciles y aprender de las experiencias adversas.	Desarrollo de la resiliencia en el entorno educativo, proporcionando apoyo emocional y brindando herramientas para que los estudiantes afronten los obstáculos académicos y personales, promoviendo una mentalidad de crecimiento y aprendizaje continuo.
Autorrespeto	Reconocer y valorar la propia dignidad y establecer límites saludables en las relaciones y situaciones personales.	Fomento del autorrespeto en la vida educativa, promoviendo el respeto mutuo entre estudiantes y docentes, así como el establecimiento de normas y límites claros que favorezcan un entorno de aprendizaje seguro y respetuoso.
Autenticidad	Ser fiel a uno mismo, expresar genuinamente los pensamientos, sentimientos y valores propios.	Promoción de la autenticidad en el ámbito educativo, brindando espacios donde los estudiantes puedan expresar libremente sus ideas y opiniones, fomentando la valoración de la diversidad de perspectivas y el respeto por la autenticidad de cada individuo.

Por lo tanto, promover una autoestima saludable en la vida personal y educativa es esencial para el desarrollo integral y el bienestar de los individuos. Fomentar un entorno de apoyo, brindar reconocimiento y valoración, y promover la re-

silencia y la confianza en las capacidades individuales son estrategias clave para fortalecer la autoestima tanto en la vida personal como en la educativa (Padrón y Hernández, 2004).

2.4. Autoestima y rendimiento académico

La autoestima y el rendimiento académico están estrechamente relacionados en el ámbito educativo. La autoestima se refiere a la valoración y percepción que tenemos de nosotros mismos, mientras que el rendimiento académico se refiere al nivel de logro y éxito que alcanzamos en nuestras actividades y evaluaciones escolares. Una autoestima positiva puede tener un impacto significativo en el rendimiento académico. Cuando la persona se siente segura, valorada y confiada en sus habilidades, es más propensa a enfrentar los desafíos académicos con una actitud positiva y perseverante. Una alta autoestima impulsa a esforzarse, a establecer metas desafiantes y a creer en la capacidad para alcanzar el éxito.

Por otro lado, una baja autoestima puede obstaculizar el rendimiento académico. Cuando nos subestimamos, nos sentimos inseguros o dudamos de nuestras habilidades, es más probable que experimentemos ansiedad, miedo al fracaso y falta de motivación. Estos sentimientos negativos pueden dificultar el desempeño en las tareas académicas y limitar el potencial de aprendizaje.

Nótese que la relación entre la autoestima y el rendimiento académico es compleja y multifacética. Si bien una autoestima positiva puede fomentar el rendimiento académico, el rendimiento académico también puede influir en la autoestima. El logro de metas y el reconocimiento de los éxitos académicos pueden fortalecer nuestra autoestima y confianza en nuestras habilidades. Por tanto, es fundamental promover una autoestima saludable en el entorno educativo. Esto implica brindar un ambiente de apoyo, fomentar la valoración y el reconocimiento de los logros individuales, y promover la confianza en las propias capacidades. Además, es importante ofrecer oportunidades de desarrollo y crecimiento, y fomentar una mentalidad de aprendizaje continuo.

En definitiva, la autoestima y el rendimiento académico están vinculados en el ámbito educativo. Una autoestima positiva puede impulsar el rendimiento académico al fomentar la confianza y la motivación, mientras que una baja autoestima puede dificultar el desempeño académico debido a la inseguridad y la falta de motivación. Promover una autoestima saludable en el entorno educativo es esencial para potenciar el rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes (Bongiorni, 2015).

CAPÍTULO III

COMPRENSIÓN LECTORA

3.1 Definición

La comprensión lectora es la capacidad de entender y dar sentido a un texto escrito. Implica la habilidad de leer de manera activa y crítica, captar el significado de las palabras y las frases, así como también comprender la estructura, las ideas principales y los detalles del texto. La comprensión lectora va más allá de la simple decodificación de las palabras, ya que implica la interpretación, el análisis y la conexión de la información presentada en el texto.

Un lector competente no solo es capaz de leer las palabras, sino que también puede comprender el mensaje subyacente, inferir significados implícitos, identificar argumentos, evaluar la validez de las afirmaciones y relacionar la información nueva con el conocimiento previo. La comprensión lectora no se limita a un tipo específico de texto, sino que abarca una variedad de géneros y formatos, como novelas, ensayos, artículos periodísticos, informes científicos, instrucciones, entre otros.

Desarrollar habilidades de comprensión lectora es esencial para el aprendizaje, la adquisición de conocimientos y la participación efectiva en la sociedad. Un buen nivel de comprensión lectora facilita la obtención y la asimilación de in-

formación, estimula el pensamiento crítico, promueve la capacidad de comunicarse de manera efectiva y fomenta el desarrollo de la imaginación y la empatía. Para mejorar la comprensión lectora, es importante cultivar hábitos de lectura frecuente, utilizar estrategias como la identificación de palabras clave, el resumen y la formulación de preguntas, y desarrollar la capacidad de reflexionar y cuestionar el contenido del texto. Además, la práctica de la lectura activa y la exposición a una variedad de textos enriquecen la comprensión y la capacidad de interpretación (Monroy y Gómez, 2009).

A continuación, se identificaron las características de la comprensión lectora:

Tabla 4
Características de la comprensión lectora

Comprensión lectora		
	Fluidez lectora	Interpretación
Velocidad y precisión al leer	La fluidez lectora se refiere a la capacidad de leer con rapidez y exactitud, sin esfuerzo excesivo.	La interpretación implica comprender y extraer el significado de un texto, analizando el contexto, inferencias y relaciones entre ideas.
Vocabulario y conocimiento previo	La comprensión lectora se beneficia de un amplio vocabulario y de tener conocimientos previos sobre el tema del texto.	La interpretación requiere conectar la información nueva con el conocimiento previo, lo que facilita la comprensión global del texto.
Identificación de ideas principales	Es importante poder identificar las ideas más importantes de un texto y distinguirlas de los detalles o información secundaria.	La interpretación implica analizar y sintetizar las ideas principales para tener una comprensión completa y precisa del texto.
Inferencias y predicciones	La comprensión lectora implica hacer inferencias y predicciones basadas en la información implícita en el texto.	La interpretación requiere ir más allá de la información explícita para comprender el significado completo y las implicaciones del texto.

Comprensión lectora		
	Fluidez lectora	Interpretación
Conexiones y relaciones	La comprensión lectora implica hacer conexiones entre las ideas del texto, identificar relaciones de causa y efecto, comparar y contrastar información, etc.	La interpretación implica comprender las conexiones y relaciones entre las ideas presentes en el texto, lo que contribuye a una comprensión más profunda y completa.
	Reflexión y evaluación	La interpretación incluye una evaluación crítica del texto, analizando su coherencia, relevancia y credibilidad, lo que contribuye a un pensamiento crítico y analítico.

En definitiva, la comprensión lectora es la capacidad de entender y extraer significado de un texto, utilizando habilidades de lectura crítica, análisis e interpretación. Es una habilidad fundamental para el aprendizaje y la participación efectiva en la sociedad, y se puede mejorar a través de la práctica y el uso de estrategias adecuadas.

3.2. Modelos de comprensión lectora

Los modelos de comprensión lectora son enfoques y técnicas utilizadas para mejorar la capacidad de comprender y procesar textos escritos de manera más eficiente. Estos modelos se basan en la idea de que la comprensión lectora implica una serie de procesos cognitivos complejos que van más allá de la simple decodificación de las palabras. Uno de los modelos más conocidos es el modelo de procesamiento de información, que se centra en cómo los lectores interactúan con el texto y generan significado a medida que leen. Según este modelo, la comprensión lectora implica la activación de conocimientos previos relevantes, la identificación y el análisis de la estructura del texto, la inferencia de información implícita, la formulación de predicciones y la monitorización de la comprensión para corregir y ajustar la interpretación del texto.

Otro modelo importante es el modelo de esquemas o conocimientos previos, que enfatiza la importancia de activar y utilizar los esquemas cognitivos exis-

tentes para relacionar la información del texto con el conocimiento previo del lector. Los esquemas son estructuras mentales que organizan y almacenan nuestro conocimiento y experiencias, y se utilizan para facilitar la comprensión y la asimilación de nueva información.

Además, existen modelos que se basan en la teoría de la construcción del significado, donde se destaca la interacción entre el texto y el lector como un proceso activo de construcción conjunta del significado. Estos modelos reconocen la importancia de la interacción entre el conocimiento del lector, el contexto y el texto en sí mismo para lograr una comprensión profunda.

En los últimos años, los modelos de comprensión lectora también han incorporado el uso de tecnologías de procesamiento del lenguaje natural y aprendizaje automático, como los modelos de lenguaje basados en inteligencia artificial. Estos modelos son capaces de analizar y comprender grandes cantidades de texto de manera rápida y precisa, y se utilizan en aplicaciones como la traducción automática, la generación de resúmenes y la respuesta a preguntas.

Por ende, los modelos de comprensión lectora son enfoques teóricos y prácticos que nos ayudan a entender cómo los lectores interactúan con el texto y generan significado. Estos modelos se basan en procesos cognitivos complejos y destacan la importancia del conocimiento previo, la activación de esquemas, la interacción lector-texto y el uso de tecnologías avanzadas para mejorar la comprensión lectora.

3.3. Procesos componentes de la comprensión lectora

La comprensión lectora implica una serie de procesos componentes que trabajan en conjunto para ayudar a los lectores a entender y dar sentido a un texto. Estos procesos se llevan a cabo de manera simultánea y se retroalimentan mutuamente durante la lectura. Aquí están los principales procesos componentes de la comprensión lectora:

- a. **Decodificación:** Este proceso se refiere a la habilidad de convertir los símbolos escritos (letras, palabras) en sonidos y significados. Implica reconocer y pronunciar las palabras de manera fluida y automática.
- b. **Vocabulario:** La comprensión lectora depende en gran medida de la riqueza y el dominio del vocabulario. Los lectores deben tener un amplio repertorio de



palabras para comprender el significado de lo que están leyendo. La capacidad de inferir el significado de las palabras desconocidas a través del contexto también es importante.

- c. **Conocimientos previos:** Los lectores utilizan su conocimiento previo y sus experiencias para conectar la información nueva con lo que ya saben. Los esquemas mentales, que son estructuras de conocimiento organizadas, ayudan a los lectores a relacionar la nueva información con su base de conocimientos existente y a establecer conexiones significativas.
- d. **Comprensión literal:** Implica extraer la información explícita y concreta del texto. Los lectores identifican hechos, detalles y eventos que se presentan directamente en el texto. La comprensión literal es esencial para comprender la trama, los personajes y los acontecimientos básicos de la historia.
- e. **Comprensión inferencial:** Aquí es donde los lectores van más allá de la información explícita y hacen inferencias o deducciones basadas en las pistas y la evidencia que se les presenta. Los lectores pueden inferir significados implícitos, intenciones de los personajes, conclusiones y relaciones entre ideas.
- f. **Comprensión crítica:** Este proceso implica evaluar la calidad, la validez y la fiabilidad del texto. Los lectores cuestionan y analizan la información, consideran diferentes perspectivas, identifican sesgos o puntos de vista sesgados y formulan opiniones fundamentadas.
- g. **Monitoreo de la comprensión:** Durante la lectura, los lectores deben estar atentos a su comprensión y evaluar si están entendiendo el texto. Si surgen confusiones o falta de comprensión, deben utilizar estrategias como la relectura, la formulación de preguntas y la búsqueda de aclaraciones para mejorar su comprensión.

Estos procesos componentes de la comprensión lectora trabajan en conjunto para ayudar a los lectores a construir significado, captar ideas principales, inferir significados más allá de lo explícito y evaluar críticamente la información. Al desarrollar y mejorar estos procesos, los lectores pueden alcanzar una comprensión más profunda y efectiva de los textos que leen (Alonso y del Mar, 1985).

3.4. Clasificación según Solé

La clasificación según Solé (1992) está basada en un enfoque propuesto por la psicopedagoga Emilia Ferreiro y la lingüista Ana Teberosky, relacionado en la identificación de diferentes niveles de comprensión lectora en los estudiantes. Esta clasificación busca entender cómo los lectores interactúan con el texto y cómo se desarrolla su comprensión a medida que adquieren habilidades de lectura.

Según Solé, existen tres niveles de comprensión lectora: literal, inferencial y crítico-reflexivo.

- a. **El nivel literal:** se refiere a la capacidad de comprender la información explícita y concreta del texto. Los lectores pueden identificar hechos, detalles y eventos que se presentan directamente en el texto sin necesidad de hacer inferencias.
- b. **El nivel inferencial:** implica ir más allá de la información explícita y hacer deducciones y suposiciones basadas en pistas y evidencias proporcionadas en el texto. Los lectores pueden inferir significados implícitos, intenciones de los personajes, consecuencias y relaciones entre ideas.
- c. **El nivel crítico:** reflexivo se relaciona con la capacidad de evaluar críticamente la información y desarrollar un pensamiento más profundo. Los lectores pueden analizar y cuestionar la calidad, la validez y la confiabilidad del texto, considerar diferentes perspectivas y formular opiniones fundamentadas.

La clasificación según Solé reconoce que la comprensión lectora es un proceso gradual y evolutivo. Los lectores comienzan en el nivel literal, donde se centran en la información más superficial, y luego avanzan hacia niveles más profundos de inferencia y reflexión crítica a medida que desarrollan habilidades de lectura y adquieren un mayor conocimiento del mundo.

Es importante destacar que la clasificación según Solé no es rígida ni lineal, y los lectores pueden utilizar diferentes niveles de comprensión simultáneamente según las demandas del texto y sus propias habilidades. Además, se reconoce la importancia de la enseñanza y la práctica de estrategias de comprensión lectora para fomentar el desarrollo y el avance en los diferentes niveles de comprensión (Gonzales y Machado, 2021).



Por otro lado, en 1992, Isabel Solé publicó un libro llamado *Estrategias de lectura*. Anteriormente, en 1987, había publicado *L'Ensenyament de la comprensió lectora*, basado en su tesis doctoral titulada *La enseñanza de la comprensión lectora: un punto de vista interactivo*. Se convirtió en un gran éxito, aunque hoy en día es común hablar de estrategias de comprensión, estrategias antes, durante o después de la lectura, o del carácter interactivo de la lectura, en la época en que se publicó “Estrategias de lectura” eran conceptos menos conocidos.

Para Solé (1992), las estrategias de comprensión son “procedimientos de alto nivel que implican establecer objetivos, planificar las acciones necesarias para alcanzarlos, así como evaluar y posiblemente modificar esas acciones”. El libro organiza las estrategias en tres categorías: las que se aplican antes, durante y después de la lectura. Aunque no se puede determinar cuánto ha influido en la popularización de esta clasificación, es curioso encontrar que la propia autora advierte sobre lo artificial de esta forma de categorizarlas.

Las estrategias antes de la lectura permiten establecer objetivos de lectura y activar los conocimientos previos relevantes. Los capítulos dedicados a este grupo de estrategias se dividen en los siguientes epígrafes:

- a. “¡Fantástico! ¡Vamos a leer!” Motivando para la lectura.
- b. “¿Para qué voy a leer?” Los objetivos de la lectura.
- c. Activar el conocimiento previo. “¿Qué sé acerca de este texto?”
- d. Establecer predicciones sobre el texto.
- e. Fomentar las preguntas de los alumnos sobre el texto.

Las estrategias durante la lectura permiten establecer inferencias, revisar y comprobar la comprensión mientras se lee, y tomar decisiones adecuadas ante errores o dificultades en la comprensión. En este caso, los epígrafes dedicados a las estrategias son:

- a. **Estrategias a lo largo de la lectura:** tareas de lectura compartida (se refiere a estrategias de enseñanza recíproca, como predecir, aclarar, hacer preguntas y resumir, algunas de las cuales se presentan como estrategias para antes o después de la lectura).

b. Errores y lagunas de comprensión: “No lo entiendo. ¿Qué debo hacer ahora?”.

Las estrategias después de la lectura están dirigidas a resumir el contenido y ampliar el conocimiento obtenido a través de la lectura. Los epígrafes del capítulo dedicado a este conjunto son:

- La idea principal.
- El resumen.
- Formular y responder preguntas: no siempre, y no solo, sirven para evaluar.

Quizás ahora tendríamos dudas sobre categorizar algunas de las estrategias en esta lista como estrategias de lectura o de comprensión, y preferiríamos llamarlas actividades o procedimientos. Sin embargo, es cierto que la mayoría de estas propuestas encajan bien con las listas de estrategias que se encuentran en compilaciones actuales, lo que puede ser un indicador del acierto de la autora o de la influencia que ha tenido (Solé, 1992).

3.4.1. Nivel literal

El nivel literal de comprensión lectora se refiere a la capacidad de comprender la información explícita y concreta presentada en un texto. En este nivel, los lectores se centran en captar y entender los hechos, detalles y eventos que se presentan directamente en el texto, sin necesidad de hacer inferencias o buscar significados implícitos. Cuando los lectores están en el nivel literal, se enfocan en identificar y comprender las palabras, frases y oraciones tal como están escritas, sin profundizar en interpretaciones más allá de lo que se expresa de manera directa. Este nivel implica reconocer el significado denotativo y literal de las palabras, así como también comprender la secuencia de eventos y la información factual presentada en el texto.

Para comprender de manera literal, los lectores deben ser capaces de decodificar las palabras y construir un sentido claro y coherente de las ideas presentadas. Esto implica una habilidad básica de lectura que se desarrolla a medida que los lectores adquieren fluidez y familiaridad con el lenguaje. Es importante tener en cuenta que el nivel literal de comprensión lectora es fundamental y proporciona la base para niveles de comprensión más profundos. Antes de poder hacer



inferencias o evaluar críticamente un texto, los lectores deben ser capaces de comprender la información literal que se presenta.

De este modo, el nivel literal de comprensión lectora implica la capacidad de comprender la información explícita y concreta que se encuentra en un texto. Los lectores en este nivel se centran en captar los hechos, detalles y eventos sin necesidad de hacer interpretaciones o inferencias. Es un paso fundamental en el desarrollo de la comprensión lectora, ya que proporciona la base para niveles de comprensión más profundos (Avendaño, 2020).

3.4.2. Nivel inferencial

El nivel inferencial de comprensión lectora va más allá de la información explícita y concreta del texto, permitiendo a los lectores hacer deducciones y suposiciones basadas en pistas y evidencias presentes en el texto. En este nivel, los lectores utilizan su conocimiento previo y las claves contextuales para inferir significados implícitos, intenciones de los personajes, consecuencias y relaciones entre ideas. En el nivel inferencial, los lectores realizan una lectura más profunda y activa, conectando la información presentada en el texto con su propio conocimiento y experiencia. A través de la identificación de pistas contextuales, patrones, comparaciones y analogías, los lectores son capaces de leer entre líneas y comprender aspectos más sutiles y complejos del texto.

Para hacer inferencias, los lectores utilizan su capacidad de razonamiento lógico y su comprensión del mundo. Extraen conclusiones a partir de la información proporcionada, llenando los vacíos implícitos y ampliando el significado más allá de lo que se dice directamente. Estas inferencias suelen requerir una interpretación subjetiva por parte del lector y pueden variar entre diferentes lectores. El nivel inferencial de comprensión lectora implica una lectura crítica y analítica del texto. Los lectores cuestionan, evalúan y elaboran hipótesis sobre lo que el autor podría estar implicando o sugiriendo, utilizando tanto la información explícita como las claves contextuales para construir una comprensión más profunda.

Es importante destacar que el nivel inferencial no se limita a la interpretación de ideas implícitas, sino que también abarca la identificación de elementos literarios, como metáforas, ironías o simbolismos, que pueden enriquecer la comprensión del texto. De tal modo, el nivel inferencial de comprensión lectora implica la capacidad de hacer deducciones, suposiciones e interpretaciones basadas

en pistas y evidencias presentes en el texto. Los lectores utilizan su conocimiento previo y las claves contextuales para ir más allá de la información explícita y captar significados implícitos y relaciones más complejas. Es un nivel que promueve una lectura crítica y analítica del texto, permitiendo una comprensión más profunda y enriquecedora (Durán, 2019).

3.4.3. *Nivel crítico*

El nivel crítico-reflexivo de comprensión lectora representa el nivel más avanzado de comprensión, donde los lectores evalúan y reflexionan de manera crítica sobre la información presentada en el texto. En este nivel, los lectores no solo comprenden el contenido, sino que también examinan y cuestionan la calidad, la validez, la confiabilidad y las implicaciones del texto. En el nivel crítico-reflexivo, los lectores se involucran activamente en un proceso de análisis y evaluación de la información. Pueden identificar sesgos, manipulaciones o puntos de vista sesgados presentes en el texto y considerar diferentes perspectivas y opiniones. Además, pueden comparar la información con otras fuentes, formular preguntas y argumentos, y desarrollar opiniones fundamentadas.

Este nivel de comprensión lectora implica una actitud de pensamiento crítico y reflexivo. Los lectores no solo aceptan la información presentada en el texto de manera pasiva, sino que también se involucran en un diálogo interno con el autor, cuestionando y analizando las ideas y argumentos presentados. Además de evaluar el contenido del texto, el nivel crítico-reflexivo también puede involucrar una reflexión sobre las implicaciones más amplias del texto y su relevancia en la sociedad. Los lectores pueden considerar cómo el texto se relaciona con su propia experiencia, valores y conocimientos, y pueden desarrollar una conciencia crítica sobre los temas presentados.

El nivel crítico-reflexivo de comprensión lectora promueve el pensamiento crítico, la autonomía intelectual y la capacidad de formar opiniones informadas. Los lectores pueden analizar la estructura y el estilo del texto, evaluar la calidad de los argumentos y evidencias presentadas, y tomar decisiones fundamentadas sobre la credibilidad y relevancia del texto en su contexto. En definitiva, el nivel crítico-reflexivo de comprensión lectora implica la capacidad de evaluar y reflexionar críticamente sobre la información presentada en el texto. Los lectores no solo comprenden el contenido, sino que también analizan, cuestionan y evalúan la calidad, la validez y las implicaciones del texto. Este nivel promueve



el pensamiento crítico, la autonomía intelectual y la formación de opiniones informadas (Solé, 2012).

3.5. Características de comprensión lectora en estudiantes universitarios

Las características de la comprensión lectora en estudiantes universitarios presentan ciertas particularidades debido a su nivel de educación superior y las demandas académicas a las que se enfrentan. A continuación, se detallan algunas características comunes:

Tabla 5

Características en un entorno educativo

Características	Descripción
Profundidad de comprensión	Los estudiantes universitarios tienden a buscar una comprensión más profunda de los textos que leen. No se limitan a comprender la información literal, sino que buscan conexiones, interpretaciones y aplicaciones más complejas del contenido. También se enfocan en analizar y sintetizar información proveniente de diversas fuentes para desarrollar un pensamiento crítico y reflexivo.
Uso de estrategias de comprensión	Los estudiantes universitarios suelen emplear estrategias específicas para mejorar su comprensión lectora. Estas estrategias pueden incluir la identificación de ideas principales, la inferencia de información implícita, la formulación de preguntas, la búsqueda de palabras clave, la elaboración de resúmenes y la realización de conexiones con conocimientos previos. Los estudiantes universitarios son conscientes de la importancia de estas estrategias y las utilizan para abordar textos complejos y extensos.
Conocimientos disciplinarios	En la educación universitaria, los estudiantes se especializan en áreas de estudio específicas, lo que implica que desarrollan conocimientos disciplinarios más profundos. Estos conocimientos previos en su campo de estudio les permiten comprender mejor los textos relacionados con su área de especialización y utilizar terminología técnica de manera adecuada.

Características	Descripción
Autonomía y autorregulación	Los estudiantes universitarios suelen tener mayor autonomía en sus procesos de aprendizaje y comprensión lectora. Son responsables de su propio aprendizaje y deben gestionar su tiempo de estudio y la selección de textos relevantes para su formación académica. Además, tienen la capacidad de autorregularse, lo que implica que pueden monitorear su comprensión y ajustar sus estrategias de lectura según sea necesario..
Diversidad de textos	En la educación universitaria, los estudiantes se enfrentan a una amplia gama de textos, que incluyen artículos académicos, libros de texto, informes de investigación y documentos especializados. Por lo tanto, deben adaptar su enfoque de lectura según el tipo de texto y su propósito de lectura específico.

Es importante tener en cuenta que estas características pueden variar entre estudiantes universitarios, ya que cada individuo tiene su propio nivel de habilidades y experiencias. Sin embargo, en general, los estudiantes universitarios demuestran una mayor profundidad en su comprensión lectora, utilizan estrategias específicas, poseen conocimientos disciplinarios más especializados y son capaces de autorregularse en su proceso de lectura.

3.6. Dificultades de los estudiantes universitarios en la lectura

Los estudiantes universitarios pueden enfrentar diversas dificultades en su comprensión lectora debido a la naturaleza más compleja de los textos y las exigencias académicas a las que se enfrentan. A continuación, se presentan algunas de las dificultades más comunes:

Tabla 6*Dificultades de lectura en los estudiantes universitarios*

Dificultad	Descripción
Vocabulario técnico	Los textos universitarios suelen utilizar un lenguaje especializado y términos técnicos propios de cada disciplina. Los estudiantes pueden enfrentar dificultades para comprender y relacionarse con este vocabulario específico, lo que puede afectar su comprensión global del texto.
Estructura y organización del texto	Los textos académicos suelen tener una estructura y organización compleja. Pueden incluir introducciones, desarrollo de argumentos, citas, referencias cruzadas y conclusiones. Los estudiantes pueden tener dificultades para identificar y seguir esta estructura, lo que puede dificultar la comprensión del contenido..
Densidad de información	Los textos universitarios a menudo contienen una gran cantidad de información densa y detallada. Los estudiantes pueden sentirse abrumados por la cantidad de información y tener dificultades para separar lo esencial de lo secundario, lo que puede afectar su comprensión general del texto..
Lectura crítica y evaluación de fuentes	En la educación universitaria, se espera que los estudiantes desarrollen habilidades de lectura crítica y evalúen la calidad y fiabilidad de las fuentes. Esto implica discernir entre información válida y sesgada, identificar suposiciones y argumentos falaces, y evaluar la credibilidad de los autores. Estas habilidades pueden ser desafiantes para algunos estudiantes.
Carga de lectura y tiempo limitado	Los estudiantes universitarios a menudo tienen una carga de lectura considerable, con múltiples asignaciones, textos y materiales que deben abordar en un tiempo limitado. La falta de tiempo puede afectar la atención, la concentración y la comprensión profunda de los textos
Falta de familiaridad con el contenido y contexto	Los estudiantes pueden enfrentar dificultades en la comprensión lectora con temas, conceptos o teorías nuevos en sus estudios universitarios. La falta de familiaridad con el contenido y el contexto puede dificultar la comprensión y requerir un esfuerzo adicional para adquirir el conocimiento necesario.

Es importante destacar que estas dificultades son comunes y pueden superarse con práctica, apoyo adecuado y el desarrollo de habilidades de comprensión lectora específicas. Los estudiantes pueden beneficiarse de estrategias como la lectura activa, el uso de diccionarios y glosarios, la elaboración de resúmenes y la participación en discusiones y grupos de estudio para mejorar su comprensión lectora en el entorno universitario (Calderón-Ibáñez y Quijano-Peñuela, 2010).

3.7. Actividades sugeridas para mejorar la lectura

Existen diversas actividades sugeridas para mejorar la lectura, tanto para niños como para adultos. A continuación, se presentan algunas de ellas:

- a. **Lectura regular:** La práctica regular de la lectura es esencial para mejorar las habilidades y la fluidez lectora. Leer libros, revistas, artículos en línea o cualquier otro material de interés ayuda a desarrollar el hábito de lectura y amplía el vocabulario y los conocimientos generales.
- b. **Lectura en voz alta:** Leer en voz alta es una actividad beneficiosa que mejora la comprensión y la expresión oral. Puede realizarse tanto individualmente como en grupos, y ayuda a mejorar la pronunciación, la entonación y la conexión entre las palabras escritas y su significado.
- c. **Discusiones y debates:** Participar en discusiones y debates sobre libros, artículos o temas de interés fomenta una comprensión más profunda y promueve el pensamiento crítico. Estas actividades permiten analizar diferentes perspectivas, expresar opiniones y argumentar fundamentalmente.
- d. **Resúmenes y reseñas:** La elaboración de resúmenes o reseñas después de leer un texto es una manera efectiva de evaluar y consolidar la comprensión. Al resumir los puntos clave y expresar los conceptos principales con palabras propias, se fortalece la retención y se mejora la habilidad para comunicar las ideas de manera concisa.
- e. **Anotaciones y subrayado:** Al leer un texto, tomar notas y subrayar las ideas principales y los detalles relevantes ayuda a mantener el enfoque y facilita la revisión posterior. Esto también permite organizar la información y resaltar los aspectos más importantes para un mejor entendimiento.



- f. **Ampliar el rango de lectura:** Explorar diferentes géneros literarios, estilos de escritura y temas amplía la perspectiva y enriquece el vocabulario. Leer textos variados, como novelas, poesía, ensayos, literatura clásica y contemporánea, contribuye a desarrollar una comprensión más sólida y versátil.
- g. **Actividades de comprensión:** Realizar actividades específicas para mejorar la comprensión lectora, cómo responder preguntas de comprensión, identificar el propósito del autor, hacer inferencias o completar ejercicios de relleno de huecos, ayuda a desarrollar habilidades de comprensión en diferentes niveles.
- h. **Lectura compartida:** Leer en voz alta y discutir textos en grupo o con un compañero de lectura es una forma efectiva de mejorar la comprensión. Compartir ideas, reflexionar sobre los contenidos y debatir diferentes interpretaciones enriquece la experiencia de lectura y amplía la perspectiva.

Estas son solo algunas de las muchas actividades sugeridas para mejorar la lectura. La clave está en encontrar aquellas que sean más apropiadas para los intereses y necesidades individuales, y dedicar tiempo regularmente a practicar la lectura de manera activa y consciente (Ripalda et al., 2020).

3.8. Rol del docente en la comprensión lectora de universitarios

El rol del docente es fundamental en el desarrollo de la comprensión lectora de los estudiantes universitarios. Los docentes desempeñan múltiples funciones para apoyar y fomentar el desarrollo de habilidades de lectura efectivas. A continuación, se destacan algunas de las formas en las que los docentes pueden influir en la comprensión lectora de los universitarios.

Tabla 7

Rol docente aplicado a la comprensión lectora

Rol	Descripción
Enseñanza explícita de estrategias de lectura	Los docentes pueden enseñar estrategias específicas de lectura, como identificar ideas principales, hacer inferencias, buscar palabras clave o hacer conexiones entre textos. Proporcionar instrucción explícita sobre cómo utilizar estas estrategias ayuda a los estudiantes a comprender y abordar textos académicos de manera más efectiva

Rol	Descripción
Selección de textos relevantes	Los docentes desempeñan un papel crucial al seleccionar textos que sean apropiados y relevantes para los estudiantes universitarios. Los textos deben estar alineados con los objetivos de aprendizaje, el nivel de dificultad adecuado y ser pertinentes para los temas y contenidos del curso
Guiar la discusión y la reflexión	Los docentes pueden fomentar la comprensión profunda al facilitar discusiones en el aula y promover la reflexión sobre los textos leídos. Estas discusiones permiten a los estudiantes compartir sus interpretaciones, plantear preguntas y explorar diferentes perspectivas, lo que enriquece la comprensión y promueve el pensamiento crítico.
Proporcionar retroalimentación y evaluación formativa	Los docentes desempeñan un papel fundamental al brindar retroalimentación constructiva a los estudiantes sobre sus habilidades de lectura. Al ofrecer comentarios específicos y sugerencias para mejorar, los docentes ayudan a los estudiantes a identificar áreas de mejora y a desarrollar estrategias más efectivas para la comprensión lectora.
Promover el pensamiento crítico	Los docentes pueden alentar a los estudiantes a leer de manera crítica y cuestionar los textos que encuentran. Fomentar un enfoque analítico y reflexivo hacia la lectura ayuda a los estudiantes a evaluar la calidad de la información, a identificar sesgos y a desarrollar una comprensión más profunda y sofisticada.
Apoyo individualizado	Los docentes pueden proporcionar apoyo individualizado a los estudiantes que enfrentan dificultades específicas en la comprensión lectora. Esto puede incluir tutorías, sugerencias de lecturas adicionales, recomendaciones de recursos o estrategias personalizadas para abordar las dificultades identificadas.
Modelo de habilidades de lectura	Los docentes pueden servir como modelos de habilidades de lectura efectivas. Al leer en voz alta, demostrar estrategias de comprensión y compartir su propia pasión por la lectura, inspiran a los estudiantes a comprometerse y desarrollar sus propias habilidades de lectura.



En conclusión, el rol del docente en la comprensión lectora de los estudiantes universitarios implica proporcionar instrucción explícita, seleccionar textos relevantes, facilitar discusiones enriquecedoras, ofrecer retroalimentación constructiva y promover un enfoque crítico hacia la lectura. Al asumir este rol activo, los docentes pueden contribuir significativamente al desarrollo de habilidades de lectura efectivas y al éxito académico de los estudiantes universitarios (Veliz et al., 2020).

CAPÍTULO IV

AUTOESTIMA Y COMPRENSIÓN LECTORA EN ESTUDIANTES DE PRIMER NIVEL DE UNA UNIVERSIDAD PERUANA

4.1 Contexto

Es ampliamente reconocido que cuando los estudiantes ingresan a una institución universitaria, tienen expectativas de desarrollo personal, laboral y profesional. Embarcarse en una carrera universitaria constituye un desafío personal que implica expectativas de progreso, temor al fracaso y apoyo (o falta de apoyo) del entorno familiar, social y laboral. Estas expectativas están relacionadas con una serie de factores, entre los cuales se destacan la metodología del profesor, los hábitos de estudio, los estilos de aprendizaje, el uso de estrategias adecuadas para enfrentar las situaciones que se presentan, la comprensión, utilización y análisis crítico de textos para acceder a los beneficios de la educación, y la autoestima.



Según Valbuena (2002):

La universidad tiene la responsabilidad de estar al tanto del nivel de autoconocimiento, autocontrol y, por lo tanto, de la autoestima del estudiante, para ayudarle a apreciarse y asumir la responsabilidad de dirigir su vida, y facilitarle armonía y convivencia con el entorno. También implica la aplicación de habilidades didácticas adecuadas que le permitirán progresar en sus estudios universitarios. Si la autoestima es negativa, el alumno puede perder confianza en sí mismo y sentirse incapaz de aprender, lo que llevaría a bajos logros académicos. Si la autoestima es alta, el estudiante confía en sí mismo, tiene más posibilidades de aprender y, por lo tanto, obtiene niveles satisfactorios de logros de aprendizaje, sintiéndose capaz de lograrlo. Por el contrario, un estudiante con baja autoestima se siente incapaz de aprender, y a menudo ni siquiera lo intenta.

La autoestima juega un papel crucial en el progreso personal del individuo, ya que está vinculada a todas las facetas de su ser, lo que permite su superación personal. Por lo tanto, resulta necesario y urgente investigar y determinar si la autoestima es un factor que está afectando el rendimiento académico adecuado de los estudiantes, especialmente en relación con la comprensión lectora. Esto permitirá proponer medidas para elevar su autoestima, optimizando así sus logros y, por ende, su comprensión lectora adecuada, lo cual contribuye a la calidad del servicio educativo proporcionado por la institución.

La autoestima, junto con la comprensión lectora o de textos, son factores que influyen considerablemente en la superación personal de los estudiantes universitarios. La autoestima está vinculada a todas las expresiones humanas, como el carácter, el estudio, el trabajo, la personalidad y la creatividad. Una autoestima desarrollada de manera saludable promueve el crecimiento y el mejoramiento personal. Por lo tanto, tanto una actitud reflexiva como una autoestima positiva son indispensables para un aprendizaje y la adquisición de capacidades y competencias óptimas. Así, comprender la autoestima tanto a nivel general como en los sujetos de estudio otorga importancia teórica y técnica a la investigación.

La relevancia del segundo aspecto, la comprensión lectora, radica en su capacidad para identificar las deficiencias o dificultades que experimentan los estudiantes universitarios al tratar de comprender diversos textos escritos. Por lo tanto, este estudio tiene importancia tanto práctica como científica. Conocer los resultados de la relación entre ambos aspectos o variables proporciona una línea base, otorgando importancia metodológica al estudio.

La educación, especialmente en el ámbito universitario, tiene la responsabilidad de contribuir al desarrollo integral de las personas, y en este proceso, la autoestima juega un papel crucial. En este contexto, es fundamental que las instituciones universitarias y los docentes que trabajan en ellas se centren en la formación emocional, los valores y el autocuidado de los estudiantes. Esto implica el desarrollo planificado y sistemático de habilidades como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía, la comunicación y la interrelación, tal como lo señalan Buitrón y Navarrete (2008). Estas habilidades permiten a los estudiantes construir horizontes amplios y desarrollar una conciencia sociopolítica, que incluye habilidades para vivir en comunidad, como la confianza en los demás y el respeto a la diversidad, aspectos fundamentales en el contexto universitario.

Es evidente que, en la actualidad, la autoestima es una de las variables más influyentes en el éxito o fracaso de los estudiantes, aunque rara vez se le da la importancia que merece, algo que los docentes constatamos a diario. Por otro lado, la comprensión lectora es una habilidad fundamental para entender textos escritos y actúa como un indicador del desarrollo humano. Además, está estrechamente relacionada con la calidad educativa, el pensamiento crítico, la autoestima, el desarrollo social, técnico y profesional, la cultura y la capacidad de expresión oral. Durante los encuentros con los docentes de diversas facultades de la UNAP, se pudo percibir una queja casi unánime en relación con las deficiencias detectadas en los estudiantes, especialmente aquellos que recién ingresan a la institución, en cuanto a sus habilidades básicas de comprensión lectora. Además, los propios estudiantes expresan el deseo de que el proceso de desarrollo de las asignaturas no se limite a la memorización y repetición de contenidos, sino que los docentes demuestren predisposición para abordar la formación emocional, los valores y el autocuidado, como lo señalan Buitrón y Navarrete (2008).

La formación integral es un pilar fundamental en la educación universitaria, ya que prepara a los estudiantes para un desempeño profesional y ciudadano exitoso. Sin embargo, es evidente que las expresiones manifestadas revelan una situación preocupante en cuanto a la autoestima y la competencia lectora de los estudiantes que ingresan a la universidad, lo cual podría afectar la calidad de su formación. Por lo tanto, es necesario investigar directamente con los propios estudiantes cuáles son los aspectos que más los están afectando.

Esta problemática podría estar presente en los estudiantes que son objeto de estudio en esta investigación, lo que podría generar deficiencias en el proceso de enseñanza-aprendizaje y, en consecuencia, un deterioro en su rendimiento



académico. Por tanto, resulta relevante investigar la relación entre la autoestima y la comprensión lectora, dos constructos que han sido poco estudiados hasta ahora. Los beneficiarios directos de esta investigación serán los docentes y estudiantes de la UNAP, así como la institución y la comunidad en general.

Por lo tanto, el equipo investigador tiene el interés de responder a la siguiente pregunta principal: ¿Cuál es la relación entre la autoestima y la comprensión lectora en los estudiantes del primer nivel de las facultades de Ciencias de la Educación y Humanidades, Ciencias Biológicas, Ingeniería de Sistemas e Informática y Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana - Iquitos – 2019.

4.2. Objetivos

4.2.1. Objetivo general

El objetivo de esta investigación fue establecer la correlación entre la autoestima y la habilidad de comprensión lectora en los estudiantes de primer año de las facultades de Ciencias de la Educación y Humanidades, Ciencias Biológicas, Ingeniería de Sistemas e Informática y Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana - Iquitos, durante el año 2019.

4.2.2 Objetivos específicos

- a. Analizar la conexión entre la autoestima y la capacidad de comprensión literal en los estudiantes de primer año de las facultades de Ciencias de la Educación y Humanidades, Ciencias Biológicas, Ingeniería de Sistemas e Informática y Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana - Iquitos, durante el año 2019.
- b. Evaluar la relación existente entre la autoestima y la capacidad de comprensión inferencial en los estudiantes de primer año de las facultades de Ciencias de la Educación y Humanidades, Ciencias Biológicas, Ingeniería de Sistemas e Informática y Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana - Iquitos, durante el año 2019.
- c. Determinar la relación entre la autoestima y la capacidad de comprensión criterial en los estudiantes de primer año de las facultades de Ciencias de la Educación y Humanidades, Ciencias Biológicas, Ingeniería de Sistemas e In-

formática y Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana - Iquitos, durante el año 2019.

4.3. Variables

Variable Independiente – Autoestima (X)

Variable dependiente – Comprensión lectora (Y)

4.3.1. Definición operacional de las variables

Variable Independiente – Autoestima (X)

Variable cualitativa, ordinal que evalúa el nivel de autoestima a través del uso del Inventario de Autoestima de Coopersmith (IAC) versión para adultos. Este inventario consta de 25 ítems cortos que se califican como verdaderos o falsos, y se enfoca en tres áreas principales: autoestima general, social y familiar. La versión para adultos del inventario requiere aproximadamente de 15 a 20 minutos para completarse, aunque no hay límites de tiempo establecidos. El ICE de Bar-On es apropiado para individuos de 16 años en adelante.

Variable dependiente – Comprensión lectora (Y)

Variable cualitativa ordinal que categoriza el nivel de comprensión lectora utilizando el Test de Comprensión Lectora de Tapia y Silva. Este test evalúa la comprensión lectora en tres niveles distintos: literal, inferencial y crítico. El test consta de siete indicadores, con tres ítems para el nivel literal, tres para el nivel inferencial y uno para el nivel crítico. En total, el test presenta 38 preguntas o reactivos, con 11 preguntas que abordan el nivel literal, 13 preguntas para el nivel inferencial y 14 preguntas para el nivel crítico. Cada ítem ofrece cuatro posibles respuestas distractoras, de las cuales solo una es la correcta. Completar el test requiere aproximadamente de 50 a 60 minutos.

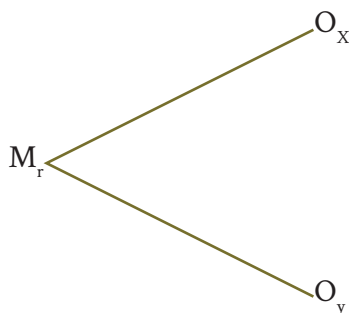
4.4. Tipo y diseño de investigación

El diseño de la investigación fue no experimental, transversal, descriptiva y correlacional. No experimental debido a que no se manipularon las variables y correlacional debido a que el propósito del estudio fue establecer las relaciones entre las dos variables del objeto de estudio: Autoestima y Comprensión lectora



para analizarlas, describirlas y establecer las relaciones existentes entre ambas (Hernández et al., 2003, p. 270; Velásquez y Rey, 2006).

El esquema es:



Donde:

M: Es la muestra del estudio

Los subíndices: X e Y indican las observaciones (O) a obtener en cada una de las dos variables.

r: Indica la posible relación existente entre las variables

4.5. Población, muestra y muestreo

La población objetivo de estudio consistió en todos los estudiantes matriculados en el primer nivel de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana (UNAP) en el año 2019. Se incluyeron estudiantes de las facultades de Ciencias de la Educación y Humanidades (258 participantes), Ciencias Biológicas (80 participantes), Ingeniería de Sistemas e Informática (61 participantes) y Medicina Humana (17 participantes), lo que en total sumó 417 participantes.

Asimismo, para efectos del presente estudio la muestra fue igual a la población objetivo, lo que dio un estudio al 100 %, por lo tanto, se trató de un muestreo censal.

4.6. Instrumento y recolección de datos

Para recolectar datos sobre la variable de autoestima, se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith en su versión para adultos. Este instrumento ha sido validado en términos de su constructo, validez concurrente y confiabilidad por Lara-Cantú, Verduzco, Acevedo y Cortés (1993) en una población latinoamericana.

americana. El inventario es de fácil aplicación y puede administrarse de forma individual o colectiva, siempre en un ambiente de confianza. Por otro lado, se empleó un cuestionario o Test de Comprensión Lectora de Tapia, M. V. y Silva, para recopilar datos sobre la variable de comprensión lectora.

La recopilación de información se realizó de primera mano a través de las siguientes acciones:

- a. Se coordinó con las autoridades de las facultades Académicas involucradas en el estudio desde la planificación de la investigación, obteniendo la correspondiente autorización y apoyo.
- b. Se ingresó a las aulas para aplicar los dos instrumentos y recopilar la información de los participantes. Todos los investigadores, trabajando en equipos, se encargaron de aplicar los instrumentos.
- c. Se organizó, sistematizó, procesó, analizó e interpretó los datos recopilados.

4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

El procesamiento de datos se llevó a cabo utilizando estadística descriptiva, que incluyó el cálculo de frecuencias absolutas y porcentuales, promedios y desviación estándar. Se utilizó el programa estadístico SPSS 20.0 para Windows XP, Vista y Windows para realizar este procesamiento. Esto permitió generar una matriz de datos que se utilizó para diseñar tablas y gráficos con el fin de presentar los resultados, siguiendo el enfoque propuesto por Ángeles (1998).

En cuanto al análisis de los datos y los resultados, se utilizó la estadística descriptiva, calculando frecuencias, promedios y porcentajes. Para la estadística inferencial se utilizó el coeficiente de Spearman.

4.8. Resultados y discusión

4.8.1. Estadística descriptiva

a. Variable Autoestima

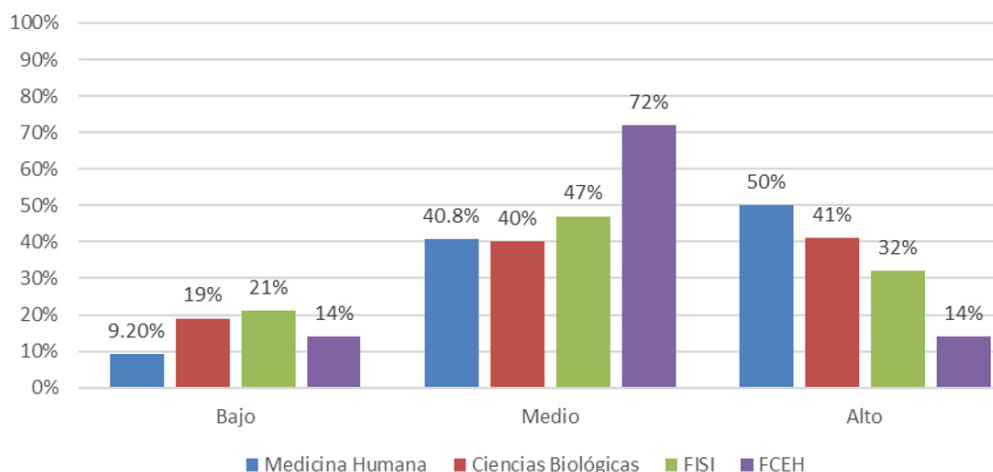
Tabla 8

Distribución de frecuencia y porcentaje de la Autoestima del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

Niveles	Medicina humana		Ciencias Biológicas		FISI		FCEH		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	2	9,2	15	19	13	21	37	14	67	16
Medio	7	40,8	32	40	29	47	186	72	254	61
Alto	9	50	33	41	19	32	35	14	96	23
TOTAL	18	100	80	100	61	100	258	100	417	100

Figura 1

Clasificación de porcentajes - Variable Autoestima



En la Tabla 8 y Figura 1, observamos que los estudiantes del I nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019, en referencia a la Autoestima el 50 % de la facultad de Medicina Humana presenta un nivel alto, el 40,8 % alcanzó el nivel medio y el 9,2 % se ubicó en un nivel bajo. El 41 % de los estudiantes pertenecientes a la facultad de Ciencias Biológicas se ubicó en el nivel alto, el 40 % presenta un nivel medio y el 19 % alcanzó un nivel bajo. El 47 % de los estudiantes perteneciente a Ingeniería de Sistemas (FISI), se ubicó en el nivel medio, el 32 % presenta un nivel alto y el 21 % alcanzó un nivel bajo. El 72 % de los estudiantes perteneciente a la facultad de Educación y Humanidades (FECH), se ubicó en el nivel medio, el 14 % presenta un nivel alto y bajo respectivamente.

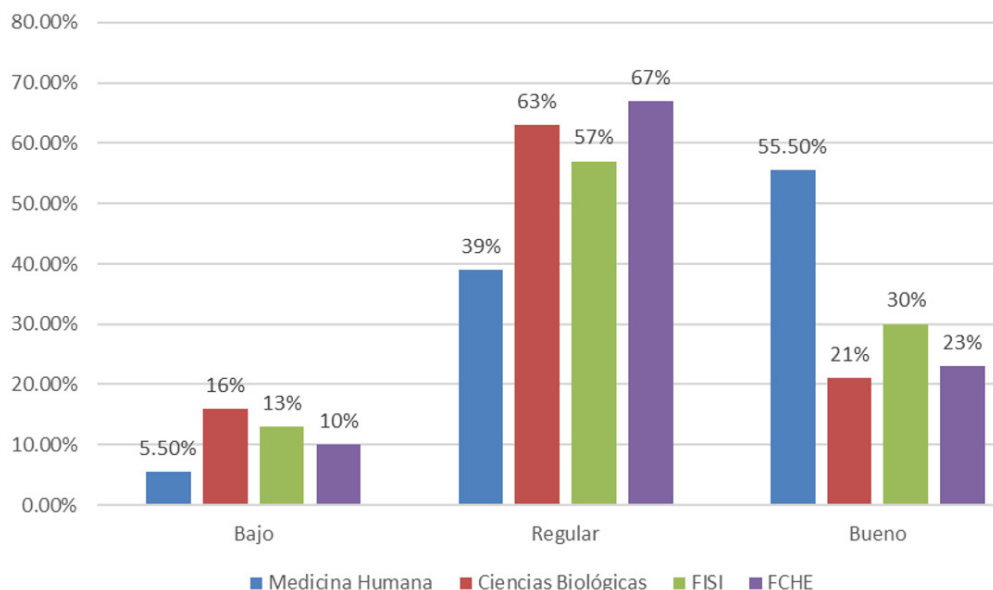
Se puede evidenciar que el porcentaje mayor en autoestima, de los sujetos del estudio está ubicado en el nivel medio 61 % y el 23 % se ubica en el nivel alto.

b. Variable Comprensión lectora

Tabla 9

Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

Niveles	Medicina humana		Ciencias Biológicas		FISI		FCEH		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	1	5,5	13	16	8	13	25	10	47	11,3
Medio	7	39	50	63	35	57	172	67	264	63,3
Alto	10	55,5	17	21	18	30	61	23	106	25,4
TOTAL	18	100	80	100	61	100	258	100	417	100

**Figura 2***Clasificación de porcentajes - Variable Comprensión lectora*

En la Tabla 9 y Figura 2, observamos que los estudiantes del I nivel de la Facultad de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019, en relación con la Comprensión Lectora el 55.5 % pertenecientes a la Facultad de Medicina Humana presenta un nivel bueno, el 39 % se ubica en el nivel regular y el 5.5 % se ubica en el nivel bajo. El 63 % de la Facultad de Ciencias Biológicas presenta un nivel regular, el 21 % se ubica en el nivel bueno y el 16 % alcanzó un nivel bajo. El 37 % de la Facultad de Ingeniería de Sistemas (FISI) alcanzó el nivel regular, el 30 % se ubica en el nivel bueno y el 13 % se ubica en el nivel bajo. El 67 % de la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades (FCEH) se ubica en el nivel regular, el 23 % está en el nivel bueno y el 10 % se ubica en el nivel bajo.

Se evidencia que el porcentaje mayor de comprensión lectora en los sujetos del estudio está representado por el nivel regular: 63.3 % o 264 y el 25.4 % o 106 se ubica en el nivel bueno.

c. Dimensión Comprensión lectora literal de la Variable Comprensión lectora

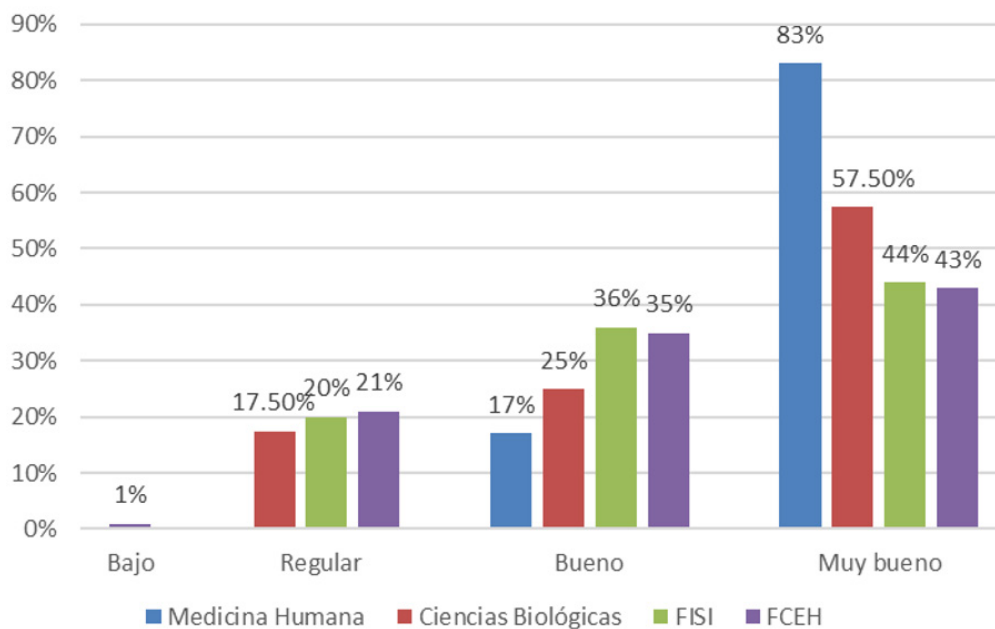
Tabla 10

Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora Literal del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

Niveles	Medicina humana		Ciencias Biológicas		FISI		FCEH		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	0	0	0	0	0	0	2	1	2	1
Medio	0	0	14	17,5	12	20	54	21	80	19
Bueno	3	17	20	25	22	36	90	35	135	32
Muy bueno	15	83	46	57,5	27	44	112	43	200	48
TOTAL	18	100	80	100	61	100	258	100	417	100

Figura 3

Clasificación de porcentajes - Dimensión Comprensión Lectora Literal



En la Tabla 10 y Figura 3, se observa que los estudiantes del I nivel de las facultades Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019, en relación a la Comprensión Lectora Literal, el 83 % perteneciente a la Facultad de Medicina Humana, se ubica en el nivel muy bueno y el 17 % se ubica en el nivel bueno. El 57 % perteneciente a la Facultad de Ciencias Biológicas, se ubica en el nivel muy bueno, el 25 % lo hace en el nivel bueno y el 17.5 % se ubica en el nivel regular. El 44 % perteneciente a la Facultad de FISI, se ubica en el nivel muy bueno, el 36 % lo hace en el nivel bueno y el 20 % está en el nivel regular. El 43 % perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Educación Humanidades, se ubica en el nivel muy bueno, el 35 % lo está en el nivel bueno, el 21 % está en el nivel regular y el 1 % está en el nivel bajo. Se patentiza que el porcentaje mayor de Comprensión Literal en los sujetos del estudio está representado por el nivel muy bueno: 48 % y el 32 % se ubica en el nivel bueno.

d. Dimensión Comprensión lectora inferencial de la Variable Comprensión lectora

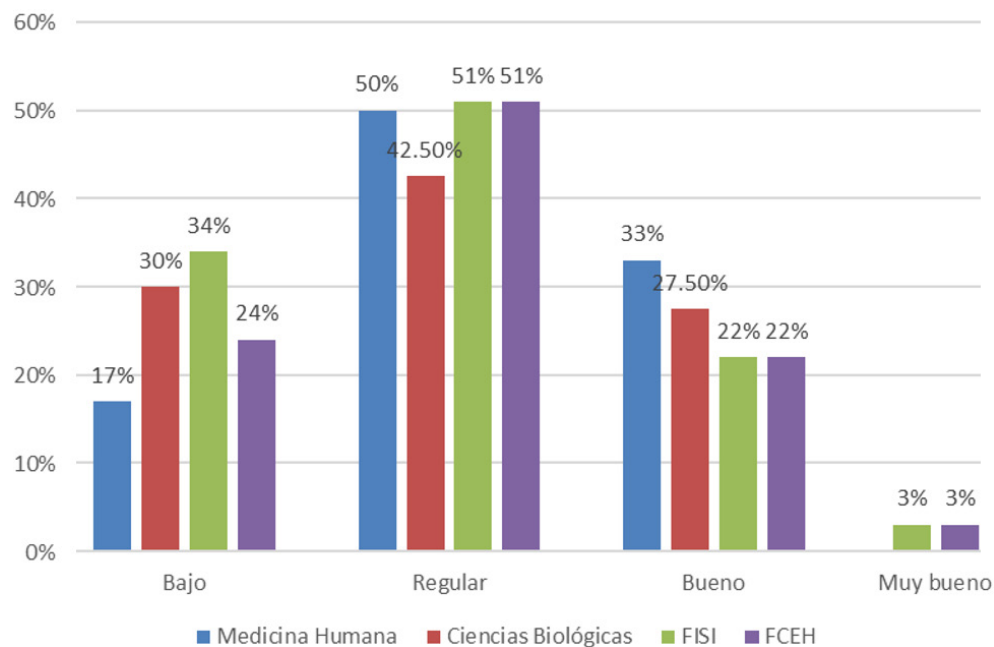
Tabla 11

Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora Inferencial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

Niveles	Medicina humana		Ciencias Biológicas		FISI		FCEH		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	3	17	24	30	21	34	61	24	109	26,1
Medio	9	50	34	42,5	23	38	132	51	198	47,5
Bueno	6	33	22	27,5	15	25	57	22	100	24
Muy bueno	0	0	0	0	2	3	8	3	10	2,4
TOTAL	18	100	80	100	61	100	258	100	417	100

Figura 4

Clasificación de porcentajes - Dimensión Comprensión Lectora Inferencial



En la Tabla 11 y Figura 4, observamos que los estudiantes del I nivel de las facultades Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019, en relación con la Comprensión Lectora Literal, el 50 % perteneciente a la Facultad de Medicina Humana se ubica en el nivel regular, el 33 % lo hace en el nivel bajo y el 17 % se sitúa en el nivel bajo. El 42.5 %, perteneciente a la Facultad de Ciencias Biológicas se sitúa en el nivel regular, el 30 % se ubica en el nivel bajo y el 27.5 % lo hace en el nivel bueno. El 38 % perteneciente a la Facultad de FISI, se ubica en el nivel regular, el 34 % se sitúa en el nivel bajo, el 25 % se ubica en el nivel bueno y un 3 % está en el nivel muy bueno. El 51 % perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades (FCEH), se ubica el nivel regular, el 24 % lo hace en el nivel bajo, el 22 % está en el nivel bueno y el 3 % está en el nivel muy bueno. Se evidencia que el porcentaje mayor de Comprensión Lectora inferencial, en los sujetos del estudio, está representado por el nivel regular: 47,5 % y el 24 % se ubica en nivel bueno.

e. Dimensión Comprensión lectora inferencial de la Variable Comprensión lectora

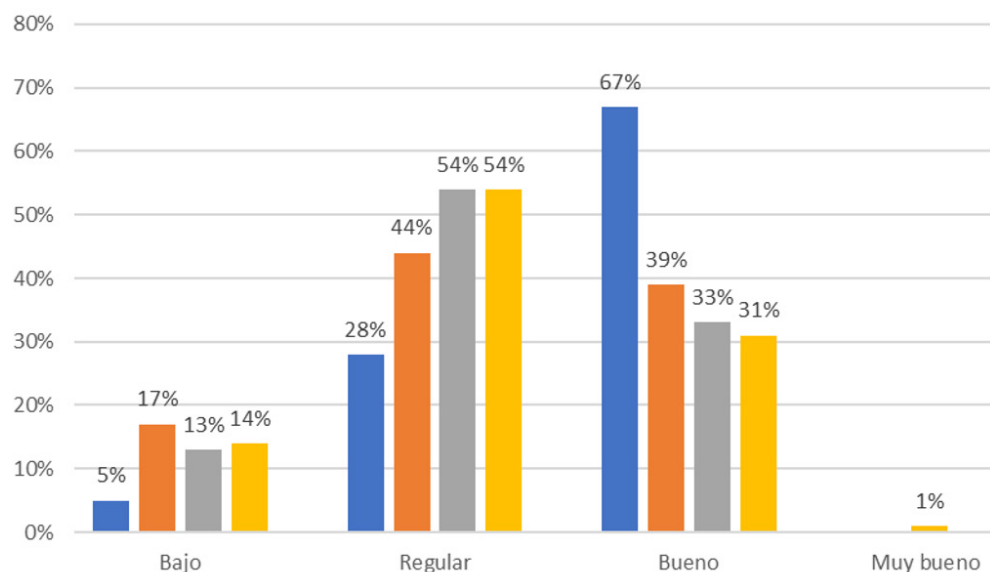
Tabla 12

Distribución de frecuencia y porcentaje de la Comprensión Lectora Criterial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

Niveles	Medicina humana		Ciencias Biológicas		FISI		FCEH		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	1	5	14	17	8	13	37	14	60	14
Medio	5	28	35	44	33	54	140	54	213	51
Bueno	12	67	31	39	20	33	79	31	142	34
Muy bueno	0	0	0	0	0	0	2	1	2	1
TOTAL	18	100	80	100	61	100	258	100	417	100

Figura 5

Clasificación de porcentajes - Dimensión Comprensión Lectora Criterial



En la Tabla 12 y Figura 5 se observa que los estudiantes del I nivel de las facultades Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019, en relación a la Comprensión Lectora Criterial, el 67 % perteneciente a la facultad de Medicina Humana se ubica en el nivel bueno, el 28 % lo hace en el nivel regular y el 5 % se sitúa en el nivel bajo. El 44 %, perteneciente a la Facultad de Ciencias Biológicas se sitúa en el nivel regular, el 39 % lo hace en el nivel bueno y el 17 % se ubica en el nivel bajo. El 54 % perteneciente a la Facultad de FISI se sitúa en el nivel regular, el 33 % se ubica en el nivel bueno y el 13 % está en el nivel bajo. El 54 %, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades (FCEH) se sitúa en el nivel regular, el 31 % se sitúa en el nivel bueno, el 14 % lo hace en el nivel bajo y el 1 % se ubica en el nivel bueno. Se verifica que el mayor porcentaje de Comprensión Lectora Criterial en los sujetos del estudio, está representado por el nivel regular: 51 % y el 34 % estudiantes se ubican en el nivel bueno.

4.8.2. Estadística inferencial

Tabla 13

Correlación autoestima y comprensión lectora

		Autoestima	Comprensión lectora
Rho de Spearman	Autoestima	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,312**
		N	417
	Comprensión lectora	Coefficiente de correlación	,312**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	417

Nota: ** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

En la Tabla 13, se observa un coeficiente de correlación de $r = .312$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$), con lo cual se acepta la hipótesis general. Por lo tanto, se confirma que existe relación alta entre autoestima y comprensión lectora en los estudiantes del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Biología, FISI y Ciencias de la Educación y Humanidades de la UNAP – 2019.

Tabla 14

Correlación autoestima y comprensión lectora literal del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

		Autoestima	Comprensión lectora literal
Rho de Spearman	Autoestima	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,678**
		N	417
	Comprensión lectora literal	Coefficiente de correlación	,678**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	417

Nota: ** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

En la Tabla 14, se observa un coeficiente de correlación de $r = .678$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$), con el cual se acepta la primera hipótesis específica. Por lo tanto, se confirma que existe relación alta entre Autoestima y Comprensión Lectora literal en los estudiantes del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019. Según Bisquerra (2004) cabe señalar que el coeficiente de correlación hallado es de una magnitud alta (p. 212).

Tabla 15

Correlación autoestima y comprensión lectora inferencial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

		Autoestima	Comprensión lectora inferencial
Rho de Spearman	Autoestima	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,662**
		N	417
	Comprensión lectora inferencial	Coefficiente de correlación	,662**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	417

Nota: ** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

En la Tabla 15, se observa un coeficiente de correlación de $r = .662$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$), con lo cual se acepta la segunda hipótesis específica. Por lo tanto, se confirma que existe relación alta entre Autoestima y Comprensión Lectora Inferencial en los estudiantes del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019. Según Bisquerra (2004) cabe señalar que el coeficiente de correlación hallado es de una magnitud alta (p. 212).

Tabla 16

Correlación autoestima y comprensión lectora criterial del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019

		Autoestima	Comprensión lectora criterial
Rho de Spearman	Autoestima	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,653**
		N	,000
	Comprensión lectora criterial	Coeficiente de correlación	417
		Sig. (bilateral)	,653**
		N	,000

Nota: ** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

En la tabla 16, se observa un coeficiente de correlación de $r = .653$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$), con lo cual se acepta la tercera hipótesis específica. Por lo tanto, se confirma que existe relación alta significativa entre Autoestima y Comprensión Lectora Criterial en los estudiantes del I Nivel de las facultades de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y FCEH de la UNAP – 2019. Según Bisquerra (2004) cabe señalar que el coeficiente de correlación hallado es de una magnitud alta (p. 212).

Cada individuo posee y emplea diversas habilidades y destrezas para ser considerado competente o lo suficientemente apto, buscando el reconocimiento de los demás y sentirse satisfecho consigo mismo. Esto les permite adaptarse y enfrentar adecuadamente las demandas del entorno. La autoestima juega un papel importante en el crecimiento personal y, en particular, en el ámbito académico. El nivel de autoestima es responsable de muchos logros y fracasos en el ámbito educativo.



En ese sentido, para mejorar la calidad educativa, es crucial comprender la relación entre la autoestima y la comprensión lectora en los estudiantes de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana. Hasta el momento, no se ha encontrado información sobre investigaciones relacionadas con este tema en nuestro país y América Latina.

Al analizar los resultados obtenidos, se pueden observar los siguientes hallazgos:

- En cuanto a la hipótesis general que afirma que existe una relación significativa entre la autoestima y la comprensión lectora de los estudiantes de diferentes facultades de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana en 2019, se encontró una correlación positiva de $r = 0,312$, con un valor $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Estos resultados confirman la existencia de una relación alta y significativa entre la autoestima y la comprensión lectora en los sujetos del estudio. Estos hallazgos están respaldados por Trujillo (2018), quien también encontró una correlación significativa entre la autoestima y la comprensión lectora en la población estudiada.
- En cuanto a la hipótesis específica uno, que plantea una relación significativa entre la autoestima y la comprensión lectora literal, se obtuvo una correlación positiva de $r = 0,678$, con un valor $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Estos resultados confirman la existencia de una relación significativa y alta entre la autoestima y la comprensión literal en los estudiantes del estudio. Esto coincide con los datos reportados por Cruzado y Chumpitaz (2012), quienes encontraron una relación positiva alta entre la autoestima y la comprensión literal en estudiantes de quinto grado de la I. E. N° 6026 de Lurín en 2012.
- En cuanto a la hipótesis específica dos, que plantea una relación significativa entre la autoestima y la comprensión lectora inferencial, se encontró una correlación positiva de $r = 0,662$, con un valor $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Estos resultados respaldan la existencia de una relación significativa entre la autoestima y la comprensión inferencial en los estudiantes del estudio. Esto está respaldado por Araujo, H.M.S., quien informó que la autoestima influye significativamente en la comprensión inferencial de estudiantes de cuarto grado de la I. E. Fe y Alegría N° 76 UGEL Ventanilla en 2018.
- En cuanto a la hipótesis específica tres, que plantea una relación significativa entre la autoestima y la comprensión lectora criterial, se encontró una correlación positiva de $r = 0,653$, con un valor $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Estos resultados

confirman que la autoestima se relaciona significativamente con la comprensión criterial en los estudiantes del estudio. Estos hallazgos están respaldados por Cruzado y Chumpitaz (2012), quienes indicaron que existe una relación moderada entre la autoestima y la comprensión criterial en estudiantes de quinto grado de la I. E. N° 6026 de Lurín en 2012.

4.9 Conclusiones y recomendaciones

4.9.1 Conclusiones

- Existe una relación significativa ($Rho = 0.314$) ($p < 0.0001$) entre la autoestima y la comprensión lectora en los estudiantes del primer nivel de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.
- A medida que aumenta la autoestima, también aumenta la capacidad de comprensión lectora.
- La autoestima se relaciona significativamente ($Rho = 0.678$) ($p < 0.0001$) con la comprensión literal en los estudiantes del primer nivel de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.
- La autoestima se relaciona significativamente ($Rho = 0.662$) ($p < 0.0001$) con la comprensión lectora inferencial en los estudiantes del primer nivel de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.
- La autoestima se relaciona significativamente ($Rho = 0.653$) ($p < 0.0001$) con la comprensión criterial en los estudiantes del primer nivel de Medicina Humana, Ciencias Biológicas, FISI y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.

4.9.2. Recomendaciones

Las autoridades universitarias tienen la responsabilidad de guiar la planificación, implementación, ejecución y evaluación de talleres de los siguientes temas:



- a. Desarrollo o fortalecimiento de la autoestima, dirigido a profesores de todas las facultades, así como a estudiantes de todos los niveles y facultades de la UNAP.
- b. Estrategias o enfoques que contribuyan a mejorar y fortalecer la comprensión lectora en los estudiantes de la institución. Esto incluye tanto técnicas para potenciar la autoestima como estrategias específicas para mejorar la comprensión lectora.
- c. Las autoridades también deben promover e impulsar la realización de investigaciones relacionadas con ambas variables (autoestima y comprensión lectora), ya sea abordándolas de manera conjunta o en combinación con otras variables que puedan contribuir a obtener mejores resultados académicos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, J. y del Mar, M. (1985). Comprensión lectora: modelos, entrenamiento y evaluación. *Infancia y aprendizaje*, 8(31-32), 5-19. <https://doi.org/10.1080/02103702.1985.10822082>
- Ancer Elizondo, L., Meza Peña, C., Pompa Guajardo, E. G., Torres Guerrero, F. y Landero Hernández, R. (2011). Relación entre los niveles de autoestima y estrés en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(1), 91-101. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29215963008.pdf>
- Ángeles, C. C. (1998). *La tesis universitaria: Investigación y elementos*. UNMSM.
- Arratia, N., Medina, J. y García, J. (2003). Autoestima en jóvenes universitarios. *CIENCIA ergo-sum*, 10(2), 173-179. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5167260>
- Avendaño, Y. (2020). Influencia de las estrategias de lectura de Isabel Solé en la comprensión lectora de los educandos de quinto grado de primaria. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, (12), 95-105. <https://doi.org/10.37135/chk.002.12.06>
- Bongiorni, P. A. (2015). *Autoestima y rendimiento académico* [Tesis de doctorado, Universidad de Buenos Aires]. http://bibliotecadigital.econ.uba.ar/download/tpos/1502-0922_BongiorniPA.pdf



- Buitrago, N., Garzón, C. y Vanegas, G. (2016). La autoestima en el proceso educativo, un reto para el docente. *Educación y ciencia*, (19), 1-18. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7982037>
- Buitrón, S. y Navarrete, P. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 4(1). <https://doi.org/10.19083/ridu.4.8>
- Calderón-Ibáñez, A. y Quijano-Peñuela, J. (2010). Características de comprensión lectora en estudiantes universitarios. *Estudios Socio-Jurídicos*, 12(1), 337-364. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-05792010000100015&lng=en&tlng=es.
- Christiansen, J. (2019). *Baja autoestima: Cómo encontrar la tuya cuando no la tienes*. Babelcube Inc. <https://books.google.es/books?id=p0QdCwAAQ-BAJ&lpg=PT16&ots=D--rxJ-KEf&dq=el%20autoestima%20baja%20%20que%20es&lr&hl=es&pg=PT16#v=onepage&q=el%20autoestima%20baja%20%20que%20es&f=false>
- Cruzado, R. y Chumpitaz, R. (2012). Autoestima y Comprensión Lectora en los estudiantes del quinto de primaria de la N.º 6026 de Lurín – 2012 [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/5902>
- Durán, N. (2019). Estrategias pedagógicas para el desarrollo de la lectura inferencial. *Educación y Ciencia*, (23), 367-382. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7982139>
- Estrada, A., Pastrana, J. y Mejía, M. (2011). *La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional*. XII Congreso Internacional de Teoría de la educación, Universidad de Barcelona. <https://www.cite2011.com/wp-content/Comunicaciones/A+R/103.pdf>
- Fierro, J. (2022). *Laciudadaníasuslímites*. Editorial Universitaria de Chile. https://books.google.es/books?id=CXF_EAAAQBAJ&lpg=PP5&ots=L69Wd-VIqb4&dq=que%20es%20el%20%20limites&lr&hl=es&pg=PP5#v=onepage&q=que%20es%20el%20%20limites&f=false

- González Martínez, M. T. (1999). Algo sobre la autoestima: qué es y cómo se expresa. *Aula: revista de pedagogía de la Universidad de Salamanca*, 11, 217-232 <https://hdl.handle.net/11162/209151>
- González, L. y Machado, L. (2021). Niveles de comprensión lectora en estudiantes universitarios. *Palabra: Palabra que obra*, 21(1), 80-95. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8107329.pdf>
- Gutiérrez-Saldaña, P., Camacho-Calderón, N. y Martínez-Martínez, M. (2007). Autoestima, funcionalidad familiar y rendimiento escolar en adolescentes. *Atención primaria*, 39(11), 597-603. <https://doi.org/10.1157/13112196>
- Hernández, R., Fernández, Z.C. y Baptista, L., (2003). *Metodología de la investigación*. Mc. Graw Hill.
- Kamii, C. (1970). La autonomía como finalidad de la educación. Unicef.
- López, M. (2017). Evaluación y aprendizaje. *MarcoELE: Revista de Didáctica Español Lengua Extranjera*, (24). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6145807>
- Martínez, G. y Alfaro, A. (2019). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en estudiantes paceños. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 17(17), 83-100. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2019000100006&lng=es&tlng=es.
- Monroy, J. y Gómez, B. (2009). Comprensión lectora. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 6(16), 37-42. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-75272009000100008&lng=pt&tlng=es.
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades investigativas en educación*, 7(3), 1-27. <https://biblat.unam.mx/hevila/Actualidadesinvestigativaseneducacion/2007/vol7/no3/10.pdf>
- Ortega, P., Mínguez, R. y Rodes, M. (2000). Autoestima: un nuevo concepto y su medida. *Teoría de la educación: revista interuniversitaria*, 12, 45-66 <http://hdl.handle.net/11162/173247>



- Padrón, R. y Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Límite: revista de filosofía y psicología*, (11), 86-99.
- Panesso, K. y Arango, M. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psyconex*, 9(14), 1-9. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>
- Pinelo, D. (2013). Autocrítica. *Revista de Investigación Psicológica*, (10), 87-89. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322013000200008&lng=es&tlng=es.
- Ripalda, V., Macías, J. y Sánchez, M. (2020). Rincón de lectura, estrategia en el desarrollo del lenguaje. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(14), 127-138. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2616-79642020000200004&lng=es&tlng=es.
- Sebastián, V. H. (2012). Autoestima y autoconcepto docente. *Phainomenon*, 11(1), 23-34. <https://doi.org/10.33539/phai.v11i1.226>
- Solé, I. (1992). *Estrategias de lectura*. España: Editorial Grao. https://www.google.com.pe/books/edition/Estrategias_de_lectura/8cp7am1yjDo-C?hl=es&gbpv=1
- Solé, I. (2012). Competencia lectora y aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Educación (OEI)*, (59), 43-61. <http://hdl.handle.net/2445/59387>
- Trujillo, A. Z. (2018). *Autoestima y comprensión lectora en los estudiantes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Facultad de Educación, especialidad Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje 2013-I Huacho Perú* [Tesis de maestría, UNMSM]. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/7591>
- Turner, J. (2019). *¿Qué es el respeto? (What Is Respect?)*. The Rosen Publishing Group, Inc. https://books.google.es/books?id=oa_XDwAAQBAJ&lpq=-PP1&ots=1uXJPb-SYl&dq=que%20es%20respeto&lr&hl=es&pg=PA1#v=onepage&q=que%20es%20respeto&f=false
- Valbuena, B. (2002). Autoconcepto en universitarios. Recuperado el 17 de abril de 2011 en <https://www.revistacandidus.com/secsi2/nuestras.htm>.

Veliz, V., Chávez, O. y Pita, Y. (2020). Incidencia de la comprensión lectora en las aptitudes investigativas de los estudiantes de educación superior. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 34(4). <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=100573>

APÉNDICE I *Dinámicas para repotenciar o desarrollar la autoestima*

Entre las dinámicas para repotenciar la autoestima destacan:

- El círculo
- Imagínate a ti mismo
- Yo soy...
- Un paseo por el bosque

a. El círculo

Objetivos:

- Aprender a observar y valorar las cualidades positivas de otras personas.
- Aprender a dar y a recibir elogios.

Duración recomendada: Aproximadamente 40 minutos.

Materiales: Folios y lápices.

Desarrollo: El profesor explica a los alumnos, que van a centrarse únicamente en las características positivas que poseen sus compañeros: cualidades (por ejemplo, simpatía, alegría, optimismo, sentido del humor, sentido común, solidaridad, etc.), rasgos físicos que les agraden (por ejemplo, un cabello bonito, mirada agradable, una sonrisa dulce, etc.), capacidades, (capacidad para la lectura, para las matemáticas, para organizar fiestas, etc.). A continuación, los alumnos se colocan en círculo, y cada uno escribe su nombre en la parte superior de un folio y se lo da al compañero de su derecha, así, el folio va dando vueltas hasta que lo recibe el propietario con todos los elogios que han escrito de él sus compañeros.

¿Qué se pretende que los alumnos aprendan con esta actividad?

Que valoren sus cualidades positivas, así como las del resto de sus compañeros.

La importancia de que se expresen las cualidades positivas y logros de las personas para la autovaloración positiva de su autoconcepto.

Que entiendan que todas las personas tienen cualidades positivas, nos caigan mejor o peor.



b. Imagínate a ti mismo

Objetivo:

- Hacer conscientes a los alumnos de que la realización de sus proyectos futuros depende, en gran medida, de ellos mismos.

Duración recomendada: Aproximadamente, 60 minutos.

Materiales: Folios y lápices.

Desarrollo: Esta actividad se basa en la utilización de técnicas de imaginación mental, las cuales son de gran utilidad para conseguir que las personas seamos conscientes de aspectos en los que nos es costoso concentrarnos por la carga emocional implícita que a veces poseen.

El profesor comenta a sus alumnos que en esta actividad van a pensar en el futuro y en cómo se imaginan a sí mismos dentro de algunos años. En primer lugar, deben cerrar los ojos e imaginarse a sí mismos dentro de 10 años. Cuando todos los alumnos han cerrado los ojos, el profesor lee en voz alta las siguientes preguntas, cuidando siempre de dejar un tiempo entre pregunta y pregunta para que cada alumno, individualmente, pueda pensar e imaginar las respuestas. Las preguntas que debe realizar son las siguientes: «¿Cómo te imaginas físicamente dentro de 10 años?», «¿A qué crees que te dedicas?», «¿Qué aficiones tienes?», «¿Con quién vives?», «¿Qué amigos tienes?», «¿Cómo es la relación con tus padres?», «¿Tienes pareja?», «¿Tienes hijos?», «¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?», «¿Eres feliz?», «¿De qué te sientes más orgulloso?».

La fase de imaginación concluye y los alumnos ya pueden abrir los ojos.

Después, pregunta a todos los alumnos en general si creen que ese futuro imaginado será necesariamente así o si puede ser de otra manera y, sobre todo, si creen que conseguir el futuro que desean es algo que depende en gran parte, aunque no totalmente, de ellos o si creen que no pueden hacer nada para acercarse a su futuro deseado. El profesor debe reconducir este debate hacia la capacidad que todos tenemos para aumentar las probabilidades de alcanzar nuestros objetivos. No obstante, lo primero que necesitamos para alcanzar nuestras metas es saber a dónde queremos llegar, qué queremos ser, cuáles son nuestros objetivos. Tener esto claro es haber recorrido ya la mitad del camino. El profesor debe motivar

a los alumnos para que valoren el poder y capacidad personales que tienen y la necesidad de fijarse unos objetivos claros.

La actividad concluye con una fase final individual en la que los alumnos escriben tres metas futuras a largo plazo (por ejemplo, crear una familia, tener un trabajo en el que se sientan satisfechos, etc.) y también tres metas futuras a corto plazo (por ejemplo, aprobar el siguiente examen) que desearían conseguir.

¿Qué se pretende que los alumnos aprendan con esta actividad?

Que entiendan la importancia de saber qué metas nos gustaría alcanzar y cómo podemos conseguirlas.

La ilusión que conlleva tener un proyecto de vida propio y el esfuerzo para alcanzarlo. Que aprendan a aceptar que hay metas que no están al alcance de nuestra mano y a que esto no conlleve sentimientos de tristeza e inutilidad.



c. Yo soy...

Objetivos:

- Que los alumnos sean conscientes de que todos poseemos cualidades positivas.
- Tomar conciencia de que nuestra autovaloración será positiva o negativa en función de con quién nos comparemos.

Duración recomendada: 50 minutos aproximadamente.

Materiales: Folios y lápices.

Desarrollo: En primer lugar, el profesor hace una breve introducción acerca de lo que significa la palabra “autoestima” (evaluación que el sujeto hace de sí mismo, si te gusta o no como eres), siempre incitando a los alumnos a que den su opinión, para entrar en materia.

A continuación, se reparte a cada alumno un folio, en el que pondrán en la parte superior la frase YO SOY..., y a la parte izquierda del folio la misma frase, escrita unas 20 veces. Quedará de la siguiente forma:

YO SOY.....

Yo soy

Yo soy

Yo soy

Yo soy

Yo soy

Etc.

Se les indican las siguientes instrucciones:

“Vais a escribir características vuestras que consideréis que sean positivas (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades...). A continuación, por parejas, os vais a vender a vosotros mismos. Uno hará el papel de vendedor y otro de comprador, y después cambiaréis los papeles. El vendedor expondrá las razones por las que al comprador le conviene adquirirlos”.

Finalmente, el profesor pregunta a los alumnos las dificultades que han tenido a la hora de completar las frases de yo soy, y las va anotando en la pizarra. Explica a los alumnos que a la mayoría de las personas nos es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos en algunos momentos, y que esto ocurre porque las personas elegimos un modelo con el que compararnos, y depende de con quién nos comparemos, nos evaluamos más positiva o más negativamente.

De lo que se trata es de hacer una comparación lo más realista posible, para que el resultado sea ajustado a la realidad, y así nuestra autovaloración no se verá afectada.

Adjuntamos material para el profesor para la introducción:

La autoestima

La autoestima hace referencia al concepto que tenemos de nosotros mismos, según unas cualidades subjetivas, puesto que se basa en la percepción que tenemos de nosotros mismos y la que creemos que tiene los demás de nosotros, y según unas cualidades de tipo valorativo, puesto que en función de nuestras experiencias y de los valores que imperen en nuestra cultura, atribuimos a estas cualidades un valor positivo o negativo.

El origen de nuestra autoestima se encuentra en nuestro entorno social, más concretamente en nuestras relaciones interpersonales más significativas para nosotros, así pues, padres, hermanos, profesores y amigos son los que más contribuyen a favorecer o dificultar las experiencias sociales en las que podemos comprobar nuestras cualidades, en función del modo en que nos tratan, de cómo interpretan nuestras conductas y de la información concreta que nos transmiten sobre nosotros mismos.



¿Qué se pretende que los alumnos aprendan con esta actividad?

Que sean capaces de auto valorarse, reconociendo las características positivas que poseen, así como que reconozcan también en los demás estas cualidades y sean capaces de expresarlas de forma adecuada.

Que sean conscientes de la dificultad que conlleva en ocasiones el reconocer las cualidades positivas que poseemos cada persona.

Lograr que los alumnos potencien su autoestima mutuamente.

d. Un paseo por el bosque

Objetivos:

- Favorecer el conocimiento propio y de los demás.
- Estimular la acción de auto valorarse en los demás compañeros.
- Mejorar la confianza y la comunicación del grupo.

Duración: 55 minutos aproximadamente.

Materiales: Papel, rotuladores, música clásica de fondo mientras los alumnos trabajan (opcional).

Desarrollo: El profesor indica a los alumnos que dibujen un árbol en un folio, con sus raíces, ramas, hojas y frutos. En las raíces escribirán las cualidades positivas que cada uno cree tener, en las ramas, las cosas positivas que hacen y en los frutos, los éxitos o triunfos.

Se pone música clásica de fondo para ayudarles a concentrarse y relajarse.

Una vez terminen, deben escribir su nombre y sus apellidos en la parte superior del dibujo.

A continuación, los alumnos formarán grupos de cuatro personas, y cada uno pondrá en el centro del grupo su dibujo, y hablará del árbol en primera persona, como si fuese el árbol. Seguidamente, los alumnos se colocarán el árbol en el pecho, de forma que el resto de sus compañeros puedan verlo, y darán un paseo “por el bosque”, de modo que cada vez que encuentren un árbol lean en voz alta lo que hay escrito en el dibujo, diciendo “Tú eres...”.

Por ejemplo: “Alfonso, eres... tienes...”

Tendrán 5 minutos para dar un paseo “por el bosque”.

A continuación, se hace la puesta en común, en el transcurso de la cual, cada participante puede añadir “raíces” y “frutos” que los demás le reconocen e indican.



El profesor puede lanzar las siguientes preguntas para comentar la actividad:

- ¿Os ha gustado el juego de interacción?
- ¿Cómo os habéis sentido durante el paseo por el bosque?
- ¿Cómo habéis reaccionado cuando vuestros compañeros han dicho vuestras cualidades en voz alta?
- ¿Qué árbol, además del vuestro, os ha gustado?
- ¿Qué compañero ha dibujado un árbol parecido al vuestro?
- ¿Cómo os sentís después de esta actividad?

¿Qué se pretende que los alumnos aprendan con esta actividad?

Que descubran sus cualidades positivas y sean capaces de reconocerlas.

Que sean capaces de compartir sus sentimientos con los demás, así como de” recoger “los sentimientos de sus compañeros, y comprobar la satisfacción que todo esto procura.

Jorge Armando Vásquez Villacorta

Correo: jvasvilla@gmail.com

Perfil: Doctor en Gestión Pública y Gobernabilidad. Magister en Administración Estratégica de Empresas por la Pontificia Universidad Católica del Perú, Máster Internacional en Liderazgo por la Escuela de Alta Dirección y Administración - España. Docente universitario.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8346-2811>

Afiliación: Universidad César Vallejo.

Judith Villacorta Vigo

Correo: judithvillacorta44@gmail.com

Perfil: Docente Principal a Dedicación Exclusiva, Magíster en Docencia e Investigación Universitaria y Doctora en Educación. Investigadora desde el año 1991 a la actualidad en el área de Ciencias Sociales. Profesora de Educación Secundaria en la Especialidad Lengua y Literatura, a cargo de las asignaturas: Práctica Pre-Profesional I, II, III; Especializaciones: en formación profesional de educadores, aprendizaje interactivo, estrategias y evaluación del aprendizaje, autonomía del docente y estudiante, Evaluación, acreditación y certificación de la calidad educativa.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7435-3517>

Afiliación: Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.



**EDITORIAL
KUNTUR**