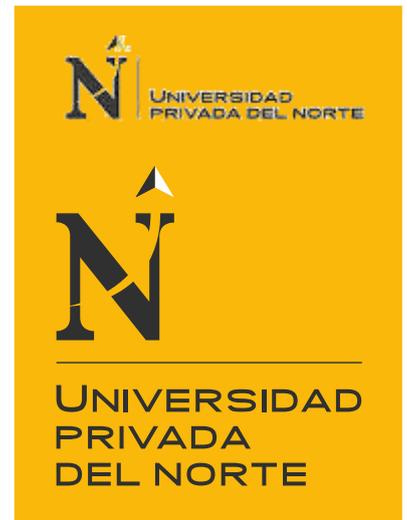


# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología



“AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN MUJERES  
BENEFICIARIAS DEL PROGRAMA VASO DE LECHE DE  
CAJAMARCA”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Ledis Adeli Vásquez Cotrina

Asesor:

Mg. Ricardo Silva Guzmán

Cajamarca - Perú

2021

## DEDICATORIA

Dedico la presente Tesis a Dios por su amor incondicional y por permitirme mantener la fe y la esperanza en momentos difíciles.

A mi esposo e hijo, porque constantemente me impulsan a seguir adelante y son el motivo por el cual me esfuerzo día a día para alcanzar el éxito.

A mis familiares y amigos, quienes me brindaron soporte en momentos difíciles.

## AGRADECIMIENTO

A Dios por su infinita misericordia.

A mi asesor, por brindarme parte de sus conocimientos, por el apoyo y la paciencia constante para el desarrollo de la presente investigación.

A las presidentas de los dos vasos de leche, por permitirme acceder a la población.

## Tabla de contenidos

|  |    |
|--|----|
| <b>DEDICATORIA</b>   | 2  |
| <b>AGRADECIMIENTO</b>  | 3  |
| <b>TABLA DE CONTENIDOS</b>                                       | 4  |
| <b>INDICE DE TABLAS</b>  | 5  |
| <b>RESUMEN</b>   | 6  |
| <b>CAPITULO I. INTRODUCCION</b>                                  | 7  |
| 1. 1. Realidad Problemática                                      | 7  |
| 1. 2. Formulación del problema                                   | 16 |
| 1. 3. Objetivos  | 16 |
| 1. 4. Hipótesis  | 16 |
| <b>CAPITULO II. METODOLOGIA</b>                                  | 18 |
| 2. 1. Tipo de investigación                                      | 18 |
| 2. 2. Población y muestra (materiales, instrumentos y métodos)   | 18 |
| 2. 3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos | 19 |
| 2. 4. Procedimiento  | 23 |
| <b>CAPITULO III. RESULTADOS</b>                                  | 24 |
| <b>CAPITULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b>                     | 27 |
| <b>REFERENCIAS</b>   | 33 |
| <b>ANEXOS</b>  | 36 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 1</b> Tabla de Normalidad.....   | 24 |
| <b>Tabla 2</b> Correlación entre la variable autoestima y la variable resiliencia y sus factores...24 |    |
| <b>Tabla 3</b> Niveles de autoestima .....  | 25 |
| <b>Tabla 4.</b> Niveles de resiliencia.....   | 25 |

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre autoestima y resiliencia, junto con sus componentes, en mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca. Para ello, se aplicaron los instrumentos de medición de Escala de Autoestima Rosenberg y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. El tipo de investigación es descriptiva correlacional. La población estuvo constituida por 61 madres de familia de condición socioeconómica baja que pertenecen a dos programas del Vaso de Leche de Cajamarca.

Los principales hallazgos indican que no existe alta relación entre la variable autoestima y la variable resiliencia. El 85.2% de la población estudiada ha obtenido una autoestima baja, mientras que el 14.8% media. En cuanto a la escala de resiliencia, sucede todo lo contrario, el 50.8% de la población ha obtenido puntajes de nivel muy alto, el 42.6% nivel alto y el 6.6%, nivel medio.

**Palabras clave:** autoestima, resiliencia.

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

La pobreza es un problema mundial que imposibilita el desarrollo adecuado de una sociedad. Las familias y/o personas que son pobres carecen de recursos necesarios para satisfacer las necesidades básicas que permiten un adecuado nivel y calidad de vida tales como: la alimentación, la salud, la vivienda, la educación, la vestimenta, la asistencia sanitaria o el acceso al agua potable, entre otros.

Cuando las familias no satisfacen uno o más de sus necesidades básicas no pueden participar plenamente en la sociedad, y no pueden vivir de acuerdo a las necesidades que ellos valoran, esto podría generar un sentimiento de inferioridad ante los demás, que de alguna forma afecta el desarrollo de su autoestima (Galarza & Solano, 2010).

Según el Informe del programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2018), revelan que aproximadamente el 10% de la población, 1.300 millones de personas viven en la pobreza multidimensional, lo que representa casi una cuarta parte de la población de los 104 países. Se calcula que de estos 1.300 millones de personas casi el 46% viven en la pobreza severa y sufren carencias concurrentes en salud, educación y nivel de vida. Estimando brevemente los países más pobres de cada continente en el año 2019 tenemos: Europa (Ucrania), América (Nicaragua), Asia (Afganistán), África (Sudán del Sur) y Oceanía (Kiribati). (Banco Mundial, informe anual de pobreza, 2019).

En el Perú, según el informe del Instituto Nacional de Estadística e Informática, (INEI, 2017) para el año 2016, el 20,7% de la población del país, que equivale en cifras absolutas a 6 millones 518 mil personas, se encontraban en situación de

pobreza, es decir, tenían un nivel de gasto inferior al costo de la canasta básica de consumo compuesto por alimentos y no alimentos. Al comparar estos resultados con el nivel obtenido en el año 2015, se observa que la incidencia de la pobreza disminuyó en 1,1%, es decir, 264 mil personas dejaron de ser pobres en el año 2016. A nivel de regiones, la pobreza afectó al 31,6% de la población de la Sierra, al 28,6% de la Selva, y al 14,4% de la Costa. Así mismo, la incidencia de la pobreza más alta que fluctúa entre 43,1 % y 52,0% se encuentra el departamento de Cajamarca, seguido por ocho departamentos (Amazonas, Apurímac, Ayacucho, Huancavelica, Huánuco, Loreto, Pasco y Puno) con tasas de pobreza que ubican entre 33,3% y 36,8%.

Según Ziccardi (2001), estos índices de pobreza están afectando considerablemente a las personas, especialmente a las mujeres, ya que al no verse al nivel de los demás tanto en la economía, vestimenta, lenguaje, educación, vivienda, entre otros, se consideran inferiores, por esta misma razón se halló que las mujeres se ven afectadas, principalmente en sus niveles de autoestima y su capacidad para hacerle frente a sus dificultades, ya que la mayoría de ellas se dedican a las actividades primarias o trabajos familiares no remunerados.

La autoestima de una persona es una estructura central para acercarnos a su propia concepción del mundo (Carver y Scheier, 1981; Royer 1986, citado en Gonzales y López, 2001); contiene, por su parte la imagen que la persona tiene de sí misma y de sus relaciones factuales con su medio ambiente y por otra parte su jerarquía de valores y objetivos–meta.

Dichos valores forman un modelo coherente a través del cual la persona trata de planificar y organizar su propia vida dentro de los límites establecidos por el ambiente social (Gonzales y López, 2001).

Desde una aproximación sociocultural, la autoestima es definida como una actitud, tanto positiva como negativa, que la gente tiene sobre sí misma. Se concibe la autoestima como producto de las influencias de la cultura, sociedad, familia y las relaciones interpersonales (Rosenberg, 1973, citado en Rojas, Zegers, y Förster, 2009).

Rivadeneira, Ramos y Borges (2016), mencionan que la pobreza influye mucho en la personalidad del individuo, el tener dinero o no, de alguna forma afecta su autoestima, por ejemplo: sentirse menos que los demás y creerse inferior a ellos, aislarse del grupo o sentirse rechazado. La autoestima no es un rasgo estático en el tiempo, sino más bien un índice dinámico y sujeto a cambios que se ve influido por las experiencias a las que las personas se ven expuestas.

Por otro lado, una de las variables relacionadas con la autoestima es la resiliencia, la cual es definida como la capacidad que tiene el ser humano para adaptarse positivamente a las situaciones adversas o circunstancias traumáticas, cuyas definiciones tenemos que es una actitud positiva a pesar de las circunstancias difíciles, y representa el lado positivo de la salud mental. Consiste también en saber aprender de la derrota y transformarla en oportunidad de desarrollo personal (Huaire, 2014).

Para Wagnild y Young (1993, citado en Baca, 2013), la resiliencia sería una característica de personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la

adaptación. Ello connota vigor y fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. La resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra. Puede entenderse aplicada a la psicología como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien, pese a las condiciones de vida, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido e incluso transformado.

Esta variable también se ve afectada severamente a causa de las dificultades económicas en las que se encuentra la población de estudio, pues, las mujeres carecen de habilidades para hacerle frente a las dificultades, su aprendizaje se basa en esquemas de agresividad, existe mucha inseguridad, incertidumbre y sobre todo ausencia de propósito en la vida. Es la capacidad del ser humano de sobreponerse a sus dificultades y al mismo tiempo aprender de sus errores (Laengle, 2005).

Para Melillo y Suárez (2001, citado en Jiménez, 2018), existe la tendencia por parte de muchas personas a pensar que los individuos con un nivel socioeconómico alto presentan mayores capacidades resilientes, ya sea por la posesión de recursos materiales económicos y facilidades educativas o en base al rendimiento académico. Sin embargo, éste de ninguna manera es sinónimo de la mayor tenencia de tal habilidad. Esta posición es reafirmada por Grotberg (2001, citado en Silva 2012), quien, a partir de su investigación realizada en veintidós países, afirma que la resiliencia no estaría relacionada con el nivel socioeconómico, razón por la cual, sujeto a la presencia de ciertos factores de apoyo, tanto los sujetos ricos como pobres, tendrían la misma posibilidad de desarrollar un comportamiento resiliente. Si bien la pobreza no es una condición de vida favorable para los seres humanos, ésta no impide

de manera alguna la posibilidad de que las personas desarrollen la capacidad resiliente. Martínez (2006) afirma también que no existe dicha relación, dando mayor importancia para el desarrollo de la resiliencia a las características presentes en el contexto social donde el individuo se encuentra; tales como apoyo, cohesión o confianza en sus capacidades. Estas condiciones no necesariamente se encuentran en los niveles económicos más altos, donde ocasionalmente se observa déficit de comunicación y falta de interacción entre los integrantes de las familias. En tanto que, en situación de pobreza, no es extraño observar aspectos tales como la unidad y solidaridad; condiciones que resultarían más potentes que el nivel socioeconómico, a la hora de constituirse en factores determinantes para el desarrollo de la resiliencia

A nivel político, el estado peruano apoya a las familias de escasos recursos económicos a través de programas sociales como: Programa Juntos, Cuna Más, Pensión 65, Programa del Vaso de leche, Qali Warma, Foncodes y otros programas más, sin embargo, resulta insuficiente, pues las personas no logran cubrir sus propias necesidades básicas y menos la de sus familias (Matute, 2008). Siendo las mujeres las que a través de esta ayuda son beneficiadas.

La población de estudio recibe apoyo de uno de los programas sociales que brinda el estado peruano y del cual hablaremos a continuación: El programa de Vaso de Leche (PVL), es un programa social creado mediante la Ley N.º 24059 y complementada con la Ley N.º 27470, a fin de ofrecer una ración diaria de alimentos a una población considerada vulnerable, con el propósito de ayudar a superar la inseguridad alimentaria en la que se encuentra. Las acciones de este programa, realizadas con la fuerte participación de la comunidad, tienen como fin último elevar su nivel nutricional y así contribuir a mejorar la calidad de vida de este colectivo que, por su

precaria situación económica, no estaría en condiciones de atender sus necesidades elementales.

El Programa del Vaso de Leche es uno de los pocos programas sociales que tiene cobertura nacional, pues llega a los 1834 municipios del país, entre provinciales y distritales. Los beneficiarios del Programa del Vaso de Leche son los niños de 0 a 6 años, las madres gestantes y en período de lactancia, priorizando entre ellos la atención a quienes presenten un estado de desnutrición o se encuentren afectados por tuberculosis. Asimismo, en la medida en que se cumpla con la atención a la población antes mencionada, se mantendrá la atención a los niños de 7 a 13 años, ancianos y afectados por tuberculosis.

Sin embargo, parece ser que los programas de atención social, como el vaso de leche, contribuye en apoyo psicológico a las mujeres, ya que las madres, al permanecer a una organización, como el programa de vaso de leche, generan el desarrollo de la cooperación y el fortalecimiento de sus redes sociales con personas que se encuentran en la misma situación socioeconómica, y se identifican como pares, siendo este un factor protector para el desarrollo personal (Suárez, 2003).

Existen diferentes investigaciones involucradas en el presente trabajo de investigación, las cuales serán mencionadas a continuación:

Colonia (2019), realizó un estudio, el cual tuvo como objetivo describir la autoestima prevalente de las madres del programa vaso de leche del caserío de obraje, Áncash. La población estudiada estuvo constituida por madres del programa vaso de leche en el caserío de obraje, cuyo número estuvo conformado por 20 participantes entre edades de 20 y 53 años, las técnicas utilizadas fueron dos: la encuesta, que dio a

conocer las variables de caracterización como edad, nivel educativo, estado civil, número de hijos y la técnica psicométrica para la variable de interés y el instrumento utilizado fue la Escala de Autoestima de Rosenberg, obteniendo como resultado del estudio que la autoestima prevalente de las madres del programa vaso de leche del caserío de obraje, Áncash, 2019 es media. Esto debido a que supone cierta inestabilidad entre la sensación de estar en forma o no, sentirse valiosa o no, si bien en algunos momentos la persona puede cambiar su percepción al lado opuesto, puede sentirse totalmente inútil debido a factores variados, pero en especial a las opiniones de los demás.

Damian (2019), desarrolló la investigación la cual consistió en describir el nivel de autoestima prevalente en madres del programa vaso de leche del Centro Poblado de Machac, Chavín, 2019. La población estuvo constituida por 34 madres que cumplieron con los criterios de elegibilidad, el muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia, llegando a determinar una muestra de 18 madres, se utilizó como instrumento la escala de autoestima de Rosenberg. Se obtuvo los siguientes resultados: de las madres evaluadas el 16.67% de madres se ubicaron en el nivel bajo de autoestima, 27.78% se ubicaron en el nivel medio de autoestima y 55.56% en un nivel alto de autoestima. En conclusión, la mayoría de las madres presentaron un nivel alto de autoestima.

López (2019), investigó sobre autoestima y satisfacción vital de madres en situación de pobreza de distrito de puente piedra – Lima, la cual tuvo una muestra de 60 madres de familia. Los resultados hallados en la investigación nos llevan a concluir que la autoestima y la satisfacción vital de las madres en situación de pobreza del distrito de Puente Piedra, guardan una débil relación, lo que indica que, a mayor autoestima,

mayor satisfacción, pero pese a ser significativa, esta relación es débil debido a que la autoestima y la satisfacción pueden ser influidos por otros factores. En cuanto a la relación de la autoestima con las dimensiones de la satisfacción, no presentan relación significativa a excepción de la dimensión conformidad. Sin embargo, en la relación de la satisfacción con las dimensiones de la autoestima, solo hay relación entre autoestima con la valía personal, más no con la capacidad personal.

Rodríguez (2019), realizó una investigación con la finalidad de determinar la relación de la satisfacción con la vida y grado de resiliencia en madres de un programa social en el distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, Ayacucho-2019. La muestra estuvo conformada por 21 madres, seleccionada mediante el muestreo no probabilístico. En el estudio, los resultados representan que las madres al permanecer a una organización, como el programa de vaso de leche, generan el desarrollo de la cooperación y el fortalecimiento de sus redes sociales con personas que se encuentran en la misma situación socioeconómica, y se identifican como pares, siendo éste un factor protector para el desarrollo personal. Acerca de los niveles de satisfacción con la vida, en el presente trabajo, se identificó una mayor proporcionalidad en el nivel muy satisfecho, haciendo un total de 86 % de satisfacción con la vida; frente al 14 %, que presentan a un nivel insatisfecho. Estas evidencias indican que las beneficiarias del programa cuentan con un grado significativo de bienestar vital. El grado de resiliencia en la población de estudio tuvo una mayor preponderancia el nivel muy alto (76 %), teniendo como componente muy bajo a un 19 %. Estos resultados argumentan que las mujeres están fisiológica y psicológicamente más preparadas para la disposición y afrontamiento ante situaciones adversas. En este sentido, puede mencionarse que se encontraron aspectos relevantes orientados a su independencia como personas y altos grados de responsabilidad, se sienten capaces

de enfrentar varias situaciones de manera simultánea y responder a ellas; esto se evidencia en la posibilidad de mantener a la familia, criar los hijos y traer recursos económicos a sus hogares.

Saavedra y Villalta (2008), también realizaron una investigación relacionada a la presente tesis, la cual tuvo como objetivo central describir y comparar los puntajes generales y por factores de la variable resiliencia en sujetos de diferentes tramos de edad y de ambos sexos, a través de la prueba SV-RES, en una muestra chilena durante el segundo semestre de 2007. Los principales hallazgos encontrados indican que no existe diferencia estadísticamente significativa entre los niveles de resiliencia de mujeres y hombre; sin embargo, se describe un perfil resiliente distinto entre ambos géneros. Del mismo modo, los niveles de resiliencia no están asociados directamente a los tramos de edad, ya que se obtienen resultados similares en las diferentes etapas de vida.

Es por tal motivo que la presente investigación se enfocará en medir los niveles de autoestima y resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche en la ciudad de Cajamarca.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Cuál es la relación que existe entre la autoestima y la resiliencia en mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre autoestima y resiliencia en mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca

### 1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar los niveles de autoestima de las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca
- Determinar los niveles de resiliencia de las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca.
- Determinar la relación entre la autoestima y las dimensiones de la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca.

## 1.4. Hipótesis

### 1.4.1. Hipótesis general

- Existe alta relación entre la autoestima y la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca

### 1.4.2. Hipótesis Nula

- **H<sub>0</sub>**: No existe alta relación entre la autoestima y la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca

## CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

### 2.1. Tipo de investigación

Según Raffino (2020), este tipo de investigaciones no manipula deliberadamente las variables que busca interpretar, sino que observa los fenómenos de su interés en su ambiente natural, para luego describirlos y analizarlos sin necesidad de emularlos en un entorno controlado. Quienes llevan a cabo investigaciones no experimentales cumplen más que nada un papel de observadores.

Según Ato, Lopèz, y Benavente (2013), la presente investigación es un estudio predictivo de corte transversal, con un diseño correlacional simple, cuyo propósito principal es explorar una relación entre variables, con el objeto de pronosticar o explicar su comportamiento. Es importante recalcar que, en la mayoría de los casos, las mediciones en las variables a correlacionar provienen del mismo sujeto.

### 2.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos)

#### **Población:**

“ La población hace referencia al conjunto finito o infinito de elementos con características comunes, para los cuales serán extensivas conclusiones de la investigación; ésta queda determinada por el problema y por los objetivos del estudio ”  
(Arias, 2012 p.81).

En la presente investigación, la población está constituida por 61 mujeres que se encuentran en el padrón de beneficiarias de dos programas del vaso de leche de la ciudad de Cajamarca, cuyas edades oscilan entre los 18 y 60 años de edad.

#### **Muestra:**

Muestreo por conveniencia, es un tipo de muestreo no probabilístico que se aplica cuando la muestra estadística a formar es seleccionada en el entorno próximo al investigador, sin que medien requisitos específicos. El objetivo es facilitar el trabajo de quien desarrolla el estudio. Debido a que no se espera que esta muestra sea representativa de la población, no se aplica ningún proceso de selección para conformarla. En cambio, se privilegia la disponibilidad de las personas y la facilidad para acceder a ellas. Incluso suelen aceptarse voluntarios que deseen colaborar con el estudio (Otzen & Manterola, 2017).

Para el desarrollo de la presente investigación se tomó como muestra a 61 mujeres que son beneficiarias de dos programas de vaso de leche de Cajamarca (Las Margaritas y Mollepampa Baja I), las cuales poseen escasos recursos económicos.

En cuanto a los criterios de inclusión se consideró que las mujeres del presente estudio estén inscritas en el padrón del programa y que sean mayores de edad. De no contar con estas condiciones no fueron consideradas para el estudio.

### **2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos**

Para la recolección de información se utilizó una ficha sociodemográfica, la Escala de autoestima de Rosenberg y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young.

#### **2.3.1. Ficha sociodemográfica**

La ficha sociodemográfica tiene como objetivo recolectar los fenómenos y hechos que actualmente repercuten en la importancia del estudio y su influencia directa en la sociedad. A través de este instrumento se obtuvo datos importantes de las

características de la población en estudio. Entre la información solicitada en dicha ficha, figuran datos como la edad, estado civil, grado de instrucción, número de hijos, lugar de residencia, etc.

### 2.3.2. Escala de Autoestima de Rosenberg

**Nombre del instrumento:** Escala de autoestima de Rosenberg

**Autor y año:** Morris Rosenberg (1965)

**Procedencia:** Estados Unidos de América

**Indicación:** Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

**Administración:** La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa. La persona evaluada responde los 10 ítems en una escala tipo Likert de 4 puntos (de Muy de acuerdo a Muy en desacuerdo).

**Confiabilidad y Validez:** Según Vásquez, Jimenez y Vásquez – Morejon (2004, citado por Soto y Cueva, 2021), la validez de criterio es de 0,55 y la confiabilidad del instrumento según alfa de Crombach de = 0.80. Estos valores confirman las buenas propiedades psicométricas de la Escala de autoestima de Rosenberg para población peruana.

**Corrección e interpretación:** La puntuación se obtiene sumando la puntuación directa de los ítems 1, 2, 4, 6, 7 y la puntuación invertida de los ítems 3, 5, 8, 9 y 10. La puntuación final oscila entre 10 y 40. Las puntuaciones mayores son indicadoras de una autoestima más alta.

**Descripción del instrumento:** Es una escala unidimensional de diez ítems que en su versión original se calificaba como si fuese de tipo Guttman. En este estudio se calificarán los 41 ítems con el mismo procedimiento que la Escala de Satisfacción Vital, salvo que aquí se considera la dirección de los ítems. A mayor puntuación, mayor autoestima.

### 2.3.3. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

**Nombre del instrumento:** Escala de Resiliencia.

**Autores:** Wagnild, G. Young, H. (1993).

**Procedencia:** Estado Unidos.

**Adaptación peruana:** Angelina Cecilia Novella Coquis (2002)

**Administración:** Individual o colectiva.

**Duración:** Aproximadamente de 25 a 30 minutos.

**Aplicación:** Para adolescentes y adultos.

**Significación:** La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción. Asimismo, considera una Escala Total.

**Confiabilidad:** La prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 (Novella, 2002). Los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post

parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables. El año 2004 se realiza una nueva adaptación de la Escala de Resiliencia por un grupo de profesionales de la facultad de psicología Educativa de la UNMSM realizada en una muestra de 400 estudiantes varones y mujeres entre 13 a 18 años de edad de tercer año de secundaria de la UGEL, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83

**Validez:** La validez concurrente se demuestra por los altos índices de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Según el criterio de Kaiser, se identifican 5 factores. La validez del contenido se da a priori, pues los ítems fueron seleccionados acorde con aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de los investigadores, dos psicometristas y dos enfermeras. Los ítems tienen una redacción positiva. La validez concurrente se da al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión, con  $r = -0.36$ , satisfacción de vida,  $r = 0.59$ ; moral,  $r = 0.54$ ; salud,  $r = 0.50$ ; autoestima,  $r = 0.57$ ; y percepción al estrés,  $r = -0.67$ . En cuanto a la validez, se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de componentes principales y rotación oblimin, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí.

**Corrección e Interpretación:** Todos los ítems se califican sobre la base de una escala de 7 puntos, a partir del 1 (“estar en desacuerdo”), hasta el 7 (“estar de acuerdo”). Están bien redactados, en forma positiva y reflejan con exactitud las

declaraciones hechas por examinados. Los posibles resultados varían desde 25 hasta 175, en donde a mayor puntaje se considera que existe una mayor resiliencia. Nivel: muy alto 145 – 175, alto: 115 – 144, medio 85 – 114, bajo 55 – 84. muy bajo 25 – 54.

#### **2.4. Procedimiento**

Para la presente investigación, se empezó por definir el tema y el tipo de la misma, así mismo se seleccionó los instrumentos de medición, previa búsqueda de antecedentes locales, nacionales e internacionales sobre las variables de Autoestima y Resiliencia.

Se procedió con la clasificación de la población y muestra, posterior a ello se realizó una visita a las madres explicando las finalidades de la investigación, para proceder a firmar el consentimiento informado, y con ello evitar futuros inconvenientes.

Consecuentemente se procedió a la búsqueda de información para la ejecución de la investigación, datos relevantes que pudieran contribuir al desarrollo de la misma.

Se aplicó la ficha sociodemográfica para conocer su realidad, de igual manera se aplicaron las escalas para medir autoestima y resiliencia respectivamente. Luego se procedió a calificar los instrumentos y procesar los datos obtenidos, y finalmente se procedió a la elaboración del informe.

#### **2.5. Consideraciones Éticas**

Para el desarrollo de la presente tesis se tomaron en cuenta las siguientes consideraciones, principios y normas éticas:

Respeto por los derechos y la dignidad e integridad de las personas: se cuidará la dignidad y la privacidad de las participantes, de manera que los datos obtenidos de las pruebas psicológicas aplicadas fueron estrictamente utilizados para el desarrollo de la presente tesis, así mismo, la información, brindada a las mujeres beneficiarias fue exacta y entendible.

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

En el siguiente capítulo se dan a conocer los resultados encontrados respecto a las variables de autoestima y resiliencia en mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca.

Según la tabla N° 1 de prueba de normalidad observamos que, el grado de libertad es 61 por lo que se trabajó con la prueba de Kolmogorov-Smirnov. El valor de Sig. respecto a la resiliencia es de (sig.=,925) que es mayor a (sig.=,05), y mayor al margen de error. Por lo tanto, es una distribución normal, por lo que se acepta la hipótesis nula y se plantea que no existe alta relación entre la autoestima y resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca.

TABLA N.º 1  
*Prueba de normalidad*

|                       | Estadístico | gl | Sig. |
|-----------------------|-------------|----|------|
| Autoestima            | 0,151       | 61 | ,001 |
| Resiliencia           | 0,109       | 61 | ,925 |
| Satisfacción personal | 0,092       | 61 | ,636 |
| Ecuanimidad           | 0,109       | 61 | ,387 |
| Sentirse bien         | 0,139       | 61 | ,510 |
| Confianza             | 0,133       | 61 | ,258 |
| Perseverancia         | 0,142       | 61 | ,544 |

En la tabla N.º 2 observamos que, según la correlación de Pearson, la variable autoestima no presenta alta relación con la variable resiliencia. Lo mismo sucede con los factores de la resiliencia, se observa que la autoestima no muestra alta relación tanto con satisfacción

personal, como con ecuanimidad, sentirse bien solas, confianza en sí mismas y la perseverancia.

TABLA N.º 2

|            |                        | Resiliencia | Satisfacción personal | Ecuanimid ad | Sentirse bien | Confian za | Persevera ncia |
|------------|------------------------|-------------|-----------------------|--------------|---------------|------------|----------------|
| Autoestima | Correlación de Pearson | -0,019      | 0,122                 | ,035         | -,087         | -,165      | ,054           |
|            | N                      | 61          | 61                    | 61           | 61            | 61         | 61             |

*Correlación entre las variables autoestima y resiliencia y sus factores*

En la tabla N.º 3 se aprecia que según el test aplicado (test de autoestima de Rosenberg), con un total de 61 mujeres evaluadas, el 85.2% de la población tienen autoestima baja, mientras que el 14.8% de la población posee autoestima media.

TABLA N.º 3  
*Nivel De Autoestima*

|        |       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Baja  | 52         | 85,2       | 85,2              | 85,2                 |
|        | Media | 9          | 14,8       | 14,8              | 100,0                |
|        | Total | 61         | 100,0      | 100,0             |                      |

*Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima.*

En la tabla N.º 4 observamos que según el test de resiliencia de Wagnild y Young aplicado a las mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca, el 50.8% presenta

niveles muy altos de resiliencia, el 42,6% niveles altos de resiliencia y el 6,6% de las mujeres evaluadas presentan niveles medios de resiliencia

**TABLA N.º 4**  
*Nivel De Resiliencia*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje<br>válido | Porcentaje<br>acumulado |
|--------|----------|------------|------------|----------------------|-------------------------|
| Válido | Muy alto | 31         | 50,8       | 50,8                 | 50,8                    |
|        | Alto     | 26         | 42,6       | 42,6                 | 93,4                    |
|        | Medio    | 4          | 6,6        | 6,6                  | 100,0                   |
|        | Total    | 61         | 100,0      | 100,0                |                         |

Frecuencia y porcentaje de la variable resiliencia.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1 Discusión

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre la autoestima y la resiliencia en mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca, según el análisis de datos, se evidencia que no existe alta relación entre la variable autoestima y resiliencia en la población de estudio, llegando ésta a ser muy baja. Probablemente por que existan otras variables que influyan en la resiliencia más que la autoestima; como por ejemplo la tolerancia y la flexibilidad que conlleva a mantener un balance, en la medida que confrontan circunstancias difíciles y eventos traumáticos (Comas, Luther y Salvatore, 2011).

También, influyen en la resiliencia los procesos intrapersonales como: el autoconocimiento, el optimismo, la autorregulación, la resistencia, la espiritualidad y la creatividad. Influyen, así mismo, los procesos interpersonales; se refiere a la habilidad de establecer adecuados vínculos con los demás. Las personas resilientes han desarrollado estas habilidades que fomentan el establecimiento de buenas relaciones y su permanencia en el tiempo, las cuales ayudan a enfrentar a los acontecimientos estresantes de la vida (Jiménez, 2018).

Otro de los procesos que influye en la resiliencia es el social y el comunitario, Cyrulnik (2005, citado en Jiménez, 2018), considera que la relación constructiva entre los sujetos y su entorno social como, los familiares, las amistades, compañeros, etc. son característicos en personas que han sabido lidiar con las dificultades de una manera eficaz.

Se evidencia que, un 85.2% de la población evaluada tienen autoestima baja, mientras que un 14.8% de la población posee autoestima media. Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Colonia (2019) quien encontró que las mujeres beneficiarias de un programa de vaso de leche, poseen también una autoestima baja. Sin embargo, difieren con los datos obtenidos por Damian (2019), quien evidencia que su población de estudio posee autoestima alta, lo que permite asumir que el nivel de autoestima es relativo a la población de estudio, dependiendo de distintos factores, tales como el familiar, pues es en la familia donde la autoestima se va alimentando según sus dinámicas, por ejemplo, aún se observa como muchos padres utilizan un estilo de comunicación inapropiado a la hora de comunicarse con los hijos, incluso utilizan la comparación para referirse a conductas negativas. Este tipo de actitudes se ve reflejado cuando los niños son adultos y continúan con la dinámica de generación a generación (Sabater, 2020).

Otros de los factores influyentes en la autoestima de las mujeres beneficiarias son los sociales y culturales, la sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que, a partir de la cultura, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidos a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a esta como modelo social. Es decir que a través de este factor la mujer formará su autoestima desde su infancia para alcanzar o no el éxito deseado, pues se ve a sí misma desde el punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que piensen de ella influirá positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar. La sociedad nos presenta un modelo de lo que significa ser mujer, es decir, ser débil, dependiente, sumisa, estar siempre dedicada a la familia; aunque este modelo está cambiando, la mayoría de las mujeres crecieron con él o están relacionadas con personas que aún viven bajo este régimen. La desigualdad social

sufrida por las mujeres le ha llevado también a unas peores condiciones de vida que la ha conducido a tener una peor salud mental. Las mujeres a través de su cuerpo, han expresado una serie de malestares y síntomas inespecíficos como: depresión, fatiga crónica y ansiedad. Es por tal razón se evidencia que el factor social y cultural son de suma importancia para el desarrollo de la autoestima en cada mujer ya que lo que opinen o digan los demás sobre ella siempre tendrá prevalencia en su personalidad (López, Parrales, y Pérez, 2015).

Una autoestima adecuada potenciará la capacidad de desplegar habilidades y aumentará el nivel de seguridad, mientras que una autoestima baja se enfocará hacia la derrota y frustración. La alta o reducida autoestima -cualquiera sea el caso- ejerce una notable influencia sobre la conducta. Las mujeres necesitan reconocimientos que las alienten y estimulen su autoestima. Es ahí donde renace la esperanza que podemos ser una sociedad exitosa, emprendedora y con ilusiones. En síntesis, hagamos de la cultura y la autoestima dos sólidas “columnas” que permitan sostenernos, con firmeza y convicción, ante las infelicidades y brinden una mirada cierta sobre nuestro porvenir (Wilfredo, 2017).

En un estudio realizado por Martínez (2017), muestra que las personas que logran obtener bienes económicos validan mayor su autoestima, de igual modo encontró el autor que aquellas personas que por un motivo u otro no lograron obtener algún bien o de menor calidad presentan frustración, por lo que se ve reflejado en la disminución de la autoestima.

Sobre lo señalado anteriormente, podría decirse que la brecha de autoestima es más una cuestión socio-económica y cultural que una cuestión propiamente de las mujeres. La discriminación por género y el sexismo se han naturalizado y moldean

el comportamiento de la mujer: las mujeres y las niñas no son asertivas porque cuando actúan con demasiada seguridad son castigadas, ya sea en el hogar, la escuela, el trabajo o la política, como refleja el documental Miss Representation (Siebel, 2012).

La desigualdad de género afecta a la confianza de mujeres y niñas, en su capacidad de perseguir planes de vida distintos de los roles sociales que se les inculcan desde pequeñas. Por eso, los programas y políticas que buscan corregir estas disparidades ampliando las oportunidades para las mujeres, tienen que incluir intervenciones que les permitan conocer sus derechos, aspirar a la vida que deseen (ya sea ser astronauta o madre con dedicación exclusiva), creer en su capacidad para lograrlo y animarlos a hacerlo (Alemann, 2014).

Por otro lado, las mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche Cajamarca, obtuvieron un puntaje de 50.8% lo que equivale a un nivel muy alto de resiliencia, el 42.6% de la población tienen un nivel alto y el 6.6% poseen niveles medios. Estos puntajes muestran que la gran mayoría de la población de estudio posee capacidades para sentirse aptas de hacer sus cosas, así mismo son mujeres decididas capaces de sobre salir en momentos difíciles, son capaces de hacer frente a sus dificultades, son decididas, preparadas para realizar varias cosas a la vez, mantienen interés en sus actividades y por lo general se puede confiar en ellas. Estos resultados son evidenciados en el estudio realizado por Rodríguez (2019), quien encontró niveles altos de resiliencia en mujeres beneficiarias del mismo programa, indicando que también están preparadas para afrontar situaciones adversas con adecuados grados de responsabilidad.

Con respecto al último objetivo específico de la presente investigación, que es determinar la relación entre la autoestima y las dimensiones de la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca se observa que, la autoestima no presenta alta relación con los factores de la resiliencia; a pesar de que la población presenta dificultades de autovaloración se encuentran en un estado de calma y estabilidad mental, y son consistentes; así mismo, poseen la capacidad de sentirse bien solas, sienten que son únicas e importantes, de igual modo, tienen la capacidad de no depender de los demás, pueden estar solas por algún tiempo si es necesario y generalmente son capaces de percibir las cosas de diferentes maneras, y aprovechan las circunstancias para resolver dificultades, la población de estudio tiene la habilidad de ser persistente ante la adversidad o desaliento, pues este impulso se compone por un fuerte deseo de logro o un sentido de autodisciplina (Wagnild y Young, 1993, citado en Pinedo, 2019).

#### **4.2 Conclusiones**

El presente trabajo de investigación ha permitido llegar a las siguientes conclusiones:

No existe alta relación entre la autoestima y la resiliencia de la población de estudio, esto indica que existen otros factores que influyen de manera más relevante en la resiliencia tales como el optimismo, resistencia, creatividad

Las beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca, presentan niveles de autoestima bajo, esto indica que presentan dificultades para valorarse y aceptarse tal cual son.

La población de estudio, a pesar de poseer autoestima baja, más del 50% cuentan con niveles muy altos de resiliencia, por lo se asume que son capaces de hacer frente a distintas dificultades a pesar de tener problemas en su autovaloración.

No se ha encontrado alta relación entre la autoestima y el factor satisfacción personal en la población de estudio, esto indica que su sentido de vida para hacer frente a problemas no está relacionado con su autovaloración.

No existe alta relación entre la autoestima y el factor ecuanimidad, pues la población estudiada se manifiesta tranquila, poseen actitudes moderadas y pacientes, su poca o escasa autovaloración aparentemente no es impedimento para presentarse estables emocionalmente ante la sociedad.

No existe alta relación entre autoestima y el factor sentirse bien solas, esto indica que sus dificultades de autovaloración no influyen para que puedan sentirse cómodas con ellas mismas en determinados momentos.

No existe alta relación entre la autoestima con el factor de la perseverancia, pues la población de estudio muestra ser persistentes ante las adversidades sin rendirse fácilmente a pesar de que no tienen una adecuada valoración de sí mismas.

## REFERENCIAS

- Alemann, C. (2014). ¿Y si hablamos de Igualdad? *BID Mejorando Vidas*.
- Arias, G. (2012). El Proyecto de Investigacion 6a Edicion . *ResearchGate*.
- Ato, M., Lopèz, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Scielo* .
- Baca, D. (2013). *Resiliencia y apoyo social percibido en pacientes oncológicos (Tesis de grado Magister en Psicología)*. universidad Nacioanal de San Marcos. Lima-Peru.
- Banco Mundial . (2019). *informe anual de pobreza*.
- Colonia, Y. (2019). *Autoestima prevalente en madres del Vaso de Leche del Caserío de Obraje-Ancash 2019 (Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología)*. Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote- Peru.
- comas, L., Luther, S., & Salvatore, M. (2011). <https://www.apa.org/topics/resilience/camino>. *American Psychological Association*.
- Damian, M. (2019). *Autoestima prevalente en madres del programa vaso de leche del centro poblado de Machac, Chavin 2019 (Tessi para optar el Título profesional de Licenciado en Psicología)*. Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote-Peru .
- Galarza, J., & Solano, N. (2010). *Desintegracion familir asociada al bajo rendimiento escolar* . Universiad de Cuenca- Ecuador .
- Gonzales, N., & Lòpez, A. (2001). *La Autoestima Medicion y estrategias de intervencion a traves de una experiencia en la reconstruccion del ser* . Toluca, Estado de Mexico .
- Huaire, E. (2014). Prevalencia de resiliencia y autoestima sobre el rendimiento escolar en estudiantes de instituciones educativas de Ate Vitarte, Lima. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*.
- Instituto Nacional de Estadistica. (2017). *indices de pobreza en el peru*. Lima-Peru .
- Jiménez, D. (2018). *Resiliencia en adolescentes y jovenes del programa de formacion y empleo de la fundacion forge (Tesis de Licenciatura con mencion en Psicología clinica)*. Universidad Federico Villarreal , Peru .
- Laengle, G. (2005). La Resiliencia en el Desarrollo Sostenible: algunas consideraciones teóricas en el campo social y ambiental. *Eco Prtal*.
- Lopez, N. (2019). *Autoestima y satisfaccion vital de madres en situacion de pobreza del distrito Puente Piedra- Lima (Tesis para optar el Título profesional de Licenciada en Psicologa)*. Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote- Lima- Peru.

- López, T., PARRALES, A. M., & PÉREZ, J. D. (2015). *Influencia del factor social, familiar, económico y psicológico, en la autoestima de las mujeres en unión de hecho estable del barrio 22 de Junio de la ciudad de Diriamba (Tesis para optar el título profesional en Psicología)*. Nicaragua.
- Martínez, R. (2017). Factores relacionados con la autoestima determinan nuestro consumo. *El Economista* .
- Matute, G. (2008). *PROGRAMAS SOCIALES EN EL PERÙ Elementos para una propuesta desde el control gubernamental*. Lima .
- Miyasato, K., & Montoya, C. (2019). *Soledad según el sexo en adultos mayores beneficiarios de un Centro Integral el adulto mayor de Cajamarca*. Universidad Privada del Norte Cede Cajamarca.
- Moscoso, M. (2020). Validez de constructo y confiabilidad del Inventario de Mindfulness y Ecuanimidad. *Revista Psicológica Scielo Peru*.
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Scielo*.
- P, E. (s.f.).
- Pinedo, A. (2019). *Resiliencia en padres de hijos con necesidades especiales participantes en un centro estatal para el bienestar de personas con discapacidad en el distrito de San Martín de Porres (tesis Para optar por el Título Profesional de Licenciado en Psicología)*. Universidad Particular Inca Garcilaso de la Vega , Lima-Peru.
- Pizarro, E. (2017). *Relación entre autoestima, resiliencia y rendimiento académico en estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (tesis Para optar el Grado Académico de Doctor en Psicología)*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima- Peru .
- Raffino, M. (2020). Investigación no Experimental. *Concepto.De*.
- Rivadeneira, R., Ramos, Y., & Borges, D. (2016). Autoestima global y autoestima materna en madres adolescentes. *Revista Cubana de Medicina General Integral*.
- Rodríguez, M. (2019). *Relación entre satisfacción con la vida y grado de resiliencia en madres de programa social del distrito Andrés Bello Cáceres Dorregaray, Ayacucho (Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología)*. Universidad Católica Los Angeles de Chimbote Ayacucho-Peru.
- Rojas, C., Zegers, B., & Förster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *revista medica de Chile* .
- Saavedra, E., & Villalta, M. (2008). *Medición de las Características Resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años*. Universidad Católica del Maule- Chile.

- Sabater, V. (2020). La influencia de la familia en la formación de nuestra autoestima. *La mente es maravillosa* .
- Siebel (Dirección). (2012). *Miss Representation* [Película]. Obtenido de [https://www.youtube.com/watch?v=W2UZZV3xU6Q&list=PL\\_d2TvtkW5M2VaDt3fooCRspffQPmeQHf](https://www.youtube.com/watch?v=W2UZZV3xU6Q&list=PL_d2TvtkW5M2VaDt3fooCRspffQPmeQHf)
- Silva, R. (2012). *Resiliencia en estudiantes del V ciclo de Educación Primaria de una institución educativa del Callao (Tesis para optar el grado de Licenciada en Psicología)*. Universidad San Ignacio de Loyola , Peru.
- Soto, M., & Cueva, D. (2021). *Relación entre autoestima y autoeficacia profesional en los colaboradores de una empresa de tecnología minera*. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo- Cajamarca.
- Suárez, M. (2003). *Caracterización del Vaso de Leche* . Lima .
- Wagnild, & Young. (1993). Escala de Resiliencia. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica, RIDEP · N, 103.113*.
- Wilfredo, P. (2017). Cultura y Autoestima. Herramientas de superación. *Gestiopolis* .
- Ziccardi, A. (2001). *Pobreza, desigualdad social y ciudadanía. Los límites de las políticas sociales en*. Buenos Aires: CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales .

## ANEXOS

### ANEXO N.º 1. Matriz de Consistencia

| PROBLEMA  | OBJETIVOS   | HIPÓTESIS   |
|---|---|---|
| <p><b>General:</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre la autoestima y la resiliencia en mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca?</p> | <p><b>General</b></p> <p>Determinar la relación entre la autoestima y la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca</p>   | <p><b>General</b></p> <p>Existe alta relación entre la autoestima y la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca</p> |
|   | <p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar los niveles de autoestima de las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca</li> <li>• Determinar los niveles de resiliencia de las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca</li> </ul> | <p>H0: Existe escasa relación entre la autoestima y la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa Vaso de Leche de Cajamarca</p>                 |

- |  |   |  |
|--|---|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Determinar si existe alta relación entre la autoestima y las dimensiones de la resiliencia en las mujeres beneficiarias del programa de Vaso de Leche de Cajamarca.</li></ul> |  |
|--|---|--|

ANEXO N.º 2. Escala de autoestima de Rosenberg (RSE)

**ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (RSE)**

Nombres y Apellidos: .....

Edad: .....

Vaso de Leche: .....

**Instrucciones:**

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

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

ANEXO N.º 3. Escala de resiliencia de Wagnild y Young

**ESCALA SE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG**

Nombres y Apellidos: .....

Edad: .....

Vaso de Leche: .....

**Instrucciones:**

A continuación, le presentamos una serie de afirmaciones referidas a diferentes aspectos de su vida, donde tendrá que leer cada una de ellas y marca con un aspa que tan de acuerdo o en desacuerdo esta con ellas. Recuerde que no hay respuestas correctas e incorrectas.

| Nº | ITEMS  | En desacuerdo |   |   |   | De acuerdo |   |   |
|----|--|---------------|---|---|---|------------|---|---|
| 1  | Cuando planeo algo, lo llevo a cavo  | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 2  | Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo                                | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 3  | Me siento capaz de mí mismo (a) más que nadie  | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 4  | Para mí es importante mantenerme interesado (a) en las cosas                           | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 5  | En caso que sea necesario, puedo estar solo  | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 6  | Me siento orgulloso (a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida                   | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 7  | Tomo las cosas sin mucha importancia   | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 8  | Soy amigo(a) de mí mismo (a)   | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 9  | Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez  | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 10 | Soy decidido(a)  | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 11 | Rara vez me pregunto de que se trata algo  | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 12 | Tomo las cosas día por día   | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 13 | Puedo sobrellevar tiempos difíciles porque ya he experimentado lo que es la dificultad | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |
| 14 | Tengo autodisciplina   | 1             | 2 | 3 | 4 | 5          | 6 | 7 |

|    |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15 | Me mantengo interesado en las cosas                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16 | Por lo general encuentro de que reírme                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17 | Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18 | Las personas pueden confiar en mí en una emergencia                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19 | Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20 | Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no lo deseo             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21 | Mi vida tiene un sentido  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22 | No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23 | Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 24 | Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25 | Acepto que existan personas a las que no les agrado                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

ANEXO N.º 4. Ficha sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRAFICA

Nombres y Apellidos: .....

Edad: ..... Fecha de nacimiento: .....

Lugar de nacimiento: .....

| Cód. | ÍTEMS  | Respuestas |
|------|--|------------|
| N1   | ¿Cuál es su grado de estudios? Marque con un aspa (X)        |            |
| 1    | Primaria Completa / Incompleta                               |            |
| 2    | Secundaria Incompleta  |            |
| 3    | Secundaria Completa  |            |
| 4    | Superior No Universitario (p. ej. Instituto Superior, otros) |            |
| 5    | Estudios Universitarios Incompletos                          |            |
| 6    | Estudios Universitarios Completos (Bachiller, Titulado)      |            |
| 7    | Postgrado (Diplomado, Maestría, Doctorado)                   |            |
| N2   | ¿Cuál es su estado civil?                                    |            |
| 1    | Casada   |            |
| 2    | Viuda  |            |
| 3    | Divorciada/Separada  |            |
| 4    | Conviviente  |            |
| N3   | ¿Cuántas personas viven en su hogar?                         |            |
| 1    | 1-3  |            |
| 2    | 4-5  |            |
| 3    | 6 a más  |            |
| N4   | ¿Cuántos hijos tiene usted?                                  |            |
| 1    | 1  |            |
| 2    | 2-3  |            |
| 3    | 4 a más  |            |
| N5   | ¿Qué edad tiene su hijo o hijos?                             |            |
| 1    | 0 – 3 años   |            |

|     |  |  |
|-----|--|--|
| 2   | 4 – 6 años   |  |
| 3   | 7 – 10 años  |  |
| 4   | 11 a más   |  |
| N6  | ¿Cuál es su ocupación?   |  |
|     |  |  |
| N7  | ¿Actualmente usted se encuentra trabajando?  |  |
| 1   | si   |  |
| 2   | no   |  |
| 3   | ¿Desde qué tiempo?   |  |
| N8  | ¿Cuántas personas viven permanentemente en su hogar? (sin incluir el servicio doméstico) |  |
| 1   | 1 -2 personas  |  |
| 2   | 3 – 4 personas   |  |
| 3   | 5 – 6 personas   |  |
| 4   | 7 – 8 personas   |  |
| 5   | 9 a más personas   |  |
| N9  | ¿Cuántas personas trabajan actualmente dentro de su hogar?                               |  |
| 1   | 1-2  |  |
| 2   | 3-4  |  |
| 3   | 5 a más personas   |  |
| N10 | ¿Cuál de las siguientes categorías se aproxima más al salario mensual de su casa?        |  |
| 1   | Menos de 750 soles/mes aproximadamente   |  |
| 2   | Entre 750 – 1000 soles/mes aproximadamente   |  |
| 3   | 1001 – 2000 soles/mes aproximadamente  |  |
| 4   | 2001 – 3500 soles/mes aproximadamente  |  |
| 5   | > 3501 soles/mes aproximadamente   |  |
| N11 | ¿Desde hace cuánto tiempo pertenece al vaso de Leche?                                    |  |
| 1   | Desde hace un año  |  |

|   |                 |  |
|---|-----------------|--|
| 2 | De 2 a 3 años   |  |
| 3 | De 3 a 5 años   |  |
| 4 | De 6 años a más |  |

**ANEXO N.º 5. Carta de Autorización de uso de información de empresa**

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE EMPRESA**



Yo Sobino Tacalla Infante.....  
(Nombre del representante legal o persona facultada en permitir el uso de datos)

identificado con DNI 26605794 en mi calidad de Coordinador.....  
(Nombre del puesto del representante legal o persona facultada en permitir el uso de datos)

del área de Vaso de Leche.....  
(Nombre del área de la empresa)

de la empresa/institución Municipalidad.....  
(Nombre de la empresa)

Provincial de Cajamarca.....

con R.U.C N° 20143623042..... ubicada en la ciudad de Cajamarca.....

**OTORGO LA AUTORIZACIÓN,**

Al señor Ledis Adeli Vásquez Cotrina.....  
(Nombre completo del Egresado/Bachiller)

identificado con DNI N° 46996093, egresado de la  Carrera profesional o ( ) Programa de Postgrado de Psicología..... para  
(Nombre de la carrera o programa)

que utilice la siguiente información de la empresa:  
Aplicar pruebas psicológicas y ficha socioeconómica a las madres beneficiarias de los programas de Vaso de Leche en Cajamarca (Las Mariposas y Mollepampa Baja 2)  
(Detallar la información a autorizar)

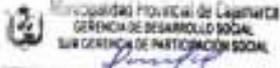
con la finalidad de que pueda desarrollar su ( ) Trabajo de Investigación,  Tesis o ( ) Trabajo de suficiencia profesional para optar al grado de ( ) Bachiller, ( ) Maestro, ( ) Doctor o ( ) Título Profesional.

Recuerda que para el trámite deberás adjuntar también, el siguiente requisito según tipo de empresa:

- Vigencia de Poder. (para el caso de empresas privadas)
- ROF / MOF / Resolución de designación, u otro documento que evidencie que el firmante está facultado para autorizar el uso de la información de la organización. (para el caso de empresas públicas)
- Copia del DNI del Representante Legal o Representante del área para validar su firma en el formato.

Indicar si el Representante que autoriza la información de la empresa, solicita mantener el nombre o cualquier distintivo de la empresa en reserva, marcando con una "X" la opción seleccionada.

( ) Mantener en Reserva el nombre o cualquier distintivo de la empresa; o  
 Mencionar el nombre de la empresa.



**Municipalidad Provincial de Cajamarca  
 GERENCIA DE DESARROLLO SOCIAL  
 SUB GERENCIA DE PARTICIPACION SOCIAL**

Sr. Sobino Tacalla Infante  
COORDINADOR P.V.

---

Firma y sello del Representante Legal o Representante del área  
 DNI: 26605794

El Egresado/Bachiller declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Egresado será sometido al inicio del procedimiento disciplinario correspondiente; asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.




---

Firma del Egresado  
 DNI: 46996093

|                     |                     |                |    |        |               |
|---------------------|---------------------|----------------|----|--------|---------------|
| CÓDIGO DE DOCUMENTO | COR-F-REC-VAC-05.04 | NÚMERO VERSIÓN | 07 | PÁGINA | Página 1 de 1 |
| FECHA DE VIGENCIA   | 21/08/2020          |                |    |        |               |

**ANEXO N.º 6. Autorización del Vaso de Leche “Las Margaritas”**

Cajamarca, 06 de noviembre de 2020

Estimada, Ledis Adeli Vásquez Cotrina

Yo, Marleny Katherine Vergara Condori, identificada con DNI 75879933, presidenta del Vaso De Leche Las Margaritas – Cajamarca, por medio de la presente le comunico que tiene usted la AUTORIZACION correspondiente para ejecutar su proyecto de investigación titulado AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN MUJERES BENEFICIARIAS DE DOS PROGRAMAS DE VASO DE LECHE CAJAMARCA, esperando lo ejecute de la mejor manera me despido sin otro particular.

Atentamente.



Marleny Katherine Vergara Condori

DNI: 75879933

**ANEXO N.º7. Autorización del Vaso de Leche “Mollepampa Baja I”**

Cajamarca, 06 de noviembre de 2020

Estimada, Ledis Adeli Vásquez Cotrina

Me es grato dirigirme a usted para informarle que ha sido aceptada su solicitud para llevar a cabo su investigación Autoestima Y Resiliencia En Mujeres Beneficiarias De Dos Programas De Vaso De Leche De Cajamarca, con el grupo de madres de familia que actualmente dirijo, esperando que con la seriedad del caso sepa conservar adecuadamente los datos obtenidos.

Atentamente.



Fany Cruzado Fernandez

DNI: 42404537

ANEXO N.º 8. Consentimiento Informado



**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo,.....  
Identificada con DNI N°....., doy mi consentimiento para ser incluida y participar en el proyecto de investigación "AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN MUJERES BENEFICIARIAS DE DOS PROGRAMAS DE VASO DE LECHE DE CAJAMARCA" para el cual recibí una explicación previa y clara sobre mi participación y los fines de este proyecto, por la Bach. en psicología LEDIS ADELI VASQUEZ COTRINA, identificada con DNI N° 46996093.

Mi participación consiste en que se me tomarán dos pruebas psicológicas, para el cual recibí información sobre los tipos de pruebas y los procedimientos en que se desarrollará la aplicación y la forma en que se utilizarán los resultados. Asimismo, soy consciente de que puedo suspender mi participación en el proyecto, en el momento en que así lo considere, sin recibir ningún castigo por dicha acción. Entiendo que seré informada sobre los resultados de las pruebas psicológicas aplicadas y éstos se manejarán con estricta confidencialidad.

.....  
Firma de la participante