

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE**  
**ENFERMERÍA FILIAL JAÉN**



**NIVEL DE AUTOESTIMA DEL ADULTO MAYOR  
DURANTE EL PROCESO DE JUBILACIÓN.  
ASOCIACIÓN DE CESANTES JUBILADOS DEL SECTOR  
EDUCACIÓN – JAÉN, 2018**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTORA:**

**DENNI JOSUNI MATICORENA GUERRERO**

**ASESORA**

**ELENA VEGA TORRES**

**JAÉN, PERÚ**

**2022**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE**  
**ENFERMERÍA**  
**FILIAL JAÉN**



**NIVEL DE AUTOESTIMA DEL ADULTO MAYOR  
DURANTE EL PROCESO DE JUBILACIÓN.  
ASOCIACIÓN DE CESANTES JUBILADOS DEL SECTOR  
EDUCACIÓN – JAÉN, 2018**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTORA:**

**DENNI JOSUNI MATICORENA GUERRERO**

**ASESORA**

**ELENA VEGA TORRES**

**JAÉN, PERÚ**

**2022**

COPYRIGHT © 2022by

**DENNI JOSUNI MATICORENA GUERRERO**

Todos los derechos reservados

Maticorena DJ. 2022. **Nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de cesantes jubilados del sector Educación – Jaén, 2018**

Denni Josuni Maticorena Guerrero /71 páginas.

Asesora: Elena Vega Torres

Disertación académica para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería – UNC 2022.

NIVEL DE AUTOESTIMA DEL ADULTO MAYOR DURANTE  
EL PROCESO DE JUBILACIÓN. ASOCIACIÓN DE  
CESANTES JUBILADOS DEL SECTOR EDUCACIÓN –JAÉN,  
2018

AUTORA: Denni Josuni Maticorena Guerrero

ASESORA: Elena Vega Torres

Tesis evaluada y aprobada para la obtención del título de  
Licenciada en Enfermería en la Universidad Nacional de  
Cajamarca:

JURADO EVALUADOR

.....  
  
M.Cs. Insolina Raquel Díaz Rivadeneira  
Presidenta

.....  
  
Lic. Milagro De Jesús Portal Castañeda  
Secretaria

.....  
  
Lic. Marleny Emperatriz Miranda Castro  
Vocal

JAÉN 2021, PERÚ

**Se dedica este trabajo a:**

Mis padres Fermín e Hirma, por su amor incondicional, por haberme formado con valores y motivarme constantemente para alcanzar la meta tan anhelada.

Mis hermanos que siempre están conmigo apoyándome en los momentos buenos y malos que depara la vida.

Mis ángeles del cielo, por su amor infinito.

**Se agradece a:**

Dios y a la virgen María por darme la vida y rodearme con personas maravillosas a lo largo de mi vida.

Los docentes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca –Filial Jaén, por haber contribuido en mi formación profesional, para llegar a ser Licenciada en Enfermería.

La asesora Dra. Elena Vega Torres, por su motivación paciencia, confianza y rigor académico, que permitió lograr mi crecimiento personal y profesional.

Finalmente, mi agradecimiento a los participantes del estudio, quienes brindaron la información necesaria para ejecutar el estudio.

## TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	vii
AGRADECIMIENTOS.....	viii
TABLA DE CONTENIDO.....	ix
LISTA DE TABLAS.....	x
LISTA DE ANEXOS.....	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	1
<b>CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>2</b>
<b>CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>6</b>
2.1. Antecedentes.....	6
2.2. Base teórico - conceptual.....	8
2.3. Identificación de la variable .....	18
2.4. Operacionalización de variable.....	18
<b>CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO.....</b>	<b>24</b>
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	24
3.2. Población de estudio.....	24
3.3. Criterios de inclusión y exclusión.....	24
3.4. Unidad de análisis.....	25
3.5. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	25
3.6. Validez y confiabilidad del instrumento.....	26
3.7. Procesamiento y análisis de datos.....	26
3.8. Criterios éticos.....	26
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....</b>	<b>28</b>
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	36
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38
ANEXOS.....	42

## LISTA DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	Nivel de autoestima en la dimensión autorespeto del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación-Jaén, 2018.	28
Tabla 2	Nivel de autoestima en la dimensión autoaceptación del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación- Jaén, 2018.	29
Tabla 3	Nivel de autoestima en la dimensión autoevaluación del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación-Jaén, 2018.	29
Tabla 4	Nivel de autoestima en la dimensión autoconcepto del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación-Jaén, 2018.	30
Tabla 5	Nivel de autoestima en la dimensión autoconocimiento del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación- Jaén, 2018.	30
Tabla 6	Nivel global de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación- Jaén, 2018.	31

## LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 1 Cuestionario I inventario sobre Nivel de autoestima al adulto mayor durante el proceso de jubilación	43
Anexo 2 Confiabilidad del instrumento	48
Anexo 3 Solicitud de autorización para recoger la información	49
Anexo 4 Consentimiento informado del adulto mayor.	50
Anexo 5 Datos estadísticos complementarios	51
Anexo 6 Repositorio institucional digital.	58

## RESUMEN

**Título:** Nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de cesantes jubilados del sector educación – Jaén, 2018

Autora: DenniJosuni Maticorena Guerrero<sup>1</sup>

Asesora: Elena Vega Torres<sup>2</sup>

El objetivo del estudio fue Describir el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación, en la Asociación de cesantes jubilados. La investigación es de tipo descriptivo de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 30 adultos mayores, a quienes se les aplicó un cuestionario tipo escala de Likert, validado por la autora a la realidad local. El instrumento mostró una confiabilidad AlphaCronbach de 0,836. Resultados:El nivel de autoestima de los adultos mayores durante el proceso de jubilación en las dimensiones: autorespeto es alta (50%) y media (50%), autoaceptación alta (56,7%), autoevaluación media (46,7%, autoconcepto alto (53,4%) y autoconocimiento alta (83,3).Se concluyó que el nivel global de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación que asistieron a la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector de Educación de Jaén es alta.

**Palabras clave:** Nivel de autoestima, autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto, autoconocimiento.

---

<sup>1</sup>Aspirante a Licenciada de Enfermería (DenniJosuni Maticorena Guerrero. UNC- Filial Jaén)

<sup>2</sup>Elena Vega Torres, Doctora en Salud Pública. Profesora principal de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNC- Filial Jaén.

## **ABSTRACT**

Title: Level of self-esteem of the elderly during the retirement process. Association of unemployed retirees in the education sector - Jaén, 2018

Author: DenniJosuni Maticorena Guerrero<sup>1</sup>

Advisor: Elena Vega Torres<sup>2</sup>

The objective of the study was to describe the level of self-esteem of the elderly during the retirement process, in the Association of retired unemployed. The research is descriptive, cross-sectional. The sample consisted of 30 older adults, to whom a Likert scale questionnaire was applied, validated by the author to the local reality. The instrument showed an Alpha Cronbach reliability of 0.836. Results: The level of self-esteem of the elderly during the retirement process in the dimensions: self-respect is high (50%) and medium (50%), high self-acceptance (56.7%), medium self-evaluation (46.7%, high self-concept (53.4%) and high self-knowledge (83.3) It was concluded that the global level of self-esteem of the elderly during the retirement process who attend the Association of Retired Discharged of the Education Sector of Jaén is high.

Keywords: Level of self-esteem, self-respect, self-acceptance, self-evaluation, self-concept, self-knowledge

---

<sup>1</sup>Applicant for a Bachelor of Nursing (DenniJosuni Maticorena Guerrero. UNC- Jaén Branch)

<sup>2</sup>Elena Vega Torres, PhD in Public Health. Professor, Faculty of Nursing, UNC - Filial Jaén.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad la etapa de la jubilación ha despertado interés, ante los acelerados cambios demográficos y el aumento de la expectativa de vida. Esta etapa requiere de un abordaje integral y de una intervención gerontológica, por estar asociado a la etapa de la vejez, en muchas ocasiones implica una amenaza, sobre todo para aquellas personas que han hecho del trabajo una fuente de identidad<sup>1</sup>.

La jubilación consiste en pasar de una etapa activa a una etapa menos activa, desencadena en algunas personas una serie de alteraciones que puede ir en detrimento de la salud física, emocional, y en consecuencia afecta la autoestima, porque no se ha dado el debido proceso de aprestamiento ni la debida adaptación a la población en proceso de jubilación.

El estudio tuvo como objetivo describir el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados. La investigación es un aporte importante para los profesionales de la salud pública porque permitirá diseñar programas educativos encauzados a dar orientación a este grupo etáreo para mejorar el nivel de autoestima durante el proceso de jubilación. Además, servirá de base para el inicio de otras investigaciones en esta temática.

El tipo de investigación es descriptivo de corte transversal, realizado en una muestra de 30 adultos mayores que asistieron a la Asociación de Cesantes y Jubilados del Sector Educación- Jaén.

El estudio está organizado de la siguiente manera: Introducción. Capítulo I. Problema de investigación: contiene el planteamiento del problema, objetivos y justificación. Capítulo II. Marco teórico: comprende, los antecedentes de la investigación, las bases teóricas, las bases conceptuales, la variable del estudio y la operacionalización de la variable. Capítulo III. Marco metodológico: abarca, el diseño y tipo de estudio, la población de estudio, la técnica e instrumento de recopilación de datos, el procesamiento y análisis de datos, y las consideraciones éticas. Capítulo IV. Resultados y discusión. Asimismo, se señalan las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

# CAPÍTULO I

## PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

La jubilación se concibe como un cambio de la adultez y adultez tardía, como una transición que puede estar acompañada de inestabilidad y que incluye cambios en las funciones sociales de la persona. El pasar de un día a otro, de una vida integrada de trabajo a una jubilación ocupada por el ocio implica una modificación completa de la organización de la vida<sup>2</sup>. Muchas personas se niegan a pensar en ellas, dado que creen que por el hecho de jubilarse dejan de ser miembros partícipes del desarrollo de la sociedad<sup>3</sup>.

El crecimiento acelerado de la población adulta es un hecho de largo alcance en una sociedad que tiene la particularidad de ser cada día más industrializada y tecnológica. La Organización Mundial de la Salud (OMS) indicó que entre el año 2015 y 2050, la proporción de la población mundial con más de 60 años pasará de 900 millones hasta 2000 millones, lo que representa un aumento del 12% al 22%<sup>4</sup>. Estas cifras ratifican que las tasas de envejecimiento poblacional crecerán de forma importante como consecuencia del alargamiento de la vida y de la reducción de la fecundidad.

La jubilación marca un cambio cualitativo en la vida de las personas afectando en todas sus esferas: emocional, social, personal y familiar; debido a que su vida ya no se organiza a través del trabajo, sino a través del tiempo libre<sup>5</sup>. Cuando llega el momento de jubilarse se ven desbordados por la incertidumbre y se plantean preguntas, tales como: *¿tendré dinero suficiente para mantener el mismo ritmo de vida?*, *¿siento que he perdido el rol social protagónico?* que puede generar inseguridad, angustia, estados de soledad, aburrimiento, sentimiento de inutilidad y desilusión respecto al futuro. Estas actitudes se exacerban por influencia de estereotipos y preconcepciones sociales que ayudan a la construcción de un imaginario de ideas en torno a la jubilación, originando en ellos sentimientos de exclusión y rechazo.

Es frecuente, representar a la jubilación como una etapa donde las personas “*están cansadas*” o son “*personas no productivas*”, “*han pasado el límite de edad para trabajar*”, “*se vuelven dependientes*” “*están viejos para trabajar*” es decir, se hace una valoración negativa y poco respetuosa de las personas mayores y su nueva condición con el trabajo; todo esto debido a la influencia de ideas, mitos y prejuicios que contribuyen a imaginar a la jubilación como una barrera demarcatoria, dejando afuera de este círculo a todas aquellas personas que cumplen más de 60 años de edad que engrosan las filas de los llamados “pasivos” obligándolos a replegarse sobre si mismos o a un reposo forzoso.

Generalmente, es en el hogar donde se práctica comportamientos que crean actitudes negativas entorno a la jubilación como el abuso de confianza del tiempo libre del jubilado e irrespeto a su independencia, exigiéndole a realizar responsabilidades del cuidado de los nietos o quehaceres del hogar, por tener tiempo disponible. En algunos casos lo asumen con agrado, pero en la mayoría de los adultos mayores sienten que son una carga para la familia tanto económica como social.

Esta nueva percepción subjetiva, provocada por las sucesivas rupturas con su grupo de pertenencia, con su capacidad de participación, con sus roles sociales puede producir un detrimento de la autoestima<sup>6</sup>. La autoestima juega un papel importante en el contexto laboral, ya que ésta se manifiesta en la manera de interactuar con las demás personas y define la pauta de comportamiento que ésta utiliza y al no darle la importancia necesaria al papel que juega en los empleados se manifiesta en un comportamiento desequilibrado e influye en la percepción hacia la organización, lo demuestra Melendez<sup>7</sup>, quien señaló que las personas que poseen bajos niveles de autoestima, tienen dificultad para relacionarse con su entorno, lo que genera en ellos: falta de interés, frustración, aislamiento con el grupo de trabajo, bajo rendimiento entre otros.

En el Perú, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI)<sup>8</sup>, existen 4 millones 140 000 personas de 60 años a más de edad que representa el 12,7% de la población total al año 2020, y solo el 38,7% de la población de 60 años a más se encuentran afiliados a un sistema de pensiones público o privado<sup>9</sup>.

Los porcentajes del envejecimiento y de la afiliación de la población, reportados líneas arriba, nos llevan a deducir que más del 60% de la población peruana de 60 años a más carece de una pensión asegurada para su vejez<sup>9</sup>. Esta situación indicaría que solo el 40% de la población percibe una pensión económica que no les alcanza para cubrir sus necesidades básicas.

En la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector de Educación de Jaén, se observa a los adultos mayores que esperan ansiosamente el momento de la jubilación, pero cuando llega el día comienzan las dificultades de crear un nuevo proyecto de vida significativo, de reestructurar el tiempo, de afrontar situaciones como la pérdida de relaciones y rol social; expresado en las siguientes manifestaciones: *¿qué voy hacer a partir de ahora, ¿qué hare con el tiempo libre?, “me voy aburrir”, “me siento solo”*. Estas afirmaciones indican rupturas a partir de la jubilación: la desvalorización social, el acceso a un tiempo libre vacío de contenido y la ausencia de socialización en este periodo de vida; se ven dependientes y abrumados; lo que implica en algunos adultos mayores insatisfacción, rechazo y desprecio hacia así mismos alterando su autoestima.

Por lo expuesto, surgió la inquietud de investigar el nivel de autoestima durante el proceso de jubilación desde la perspectiva del adulto mayor.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Cuál es el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación en la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Describir el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación en la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación – Jaén.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de Jubilación en la dimensión autorespeto.
- Identificar el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación en la dimensión autoaceptación.
- Identificar el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de

jubilación en la dimensión autoevaluación.

- Identificar el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación en la dimensión autoconcepto
- Identificar el nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación en la dimensión autoconocimiento.

#### **1.4. Justificación**

Durante los últimos años la disminución de la natalidad y la mortalidad a nivel mundial ha conducido progresivamente al envejecimiento poblacional, debido a los factores como: descubrimientos tecnológicos, el aumento considerable de la esperanza de vida y el papel que juega la industrialización en la sociedad; esta situación conlleva cada vez más a un aumento del número de adultos mayores jubilados, lo cual origina diversas reacciones para algunos, puede ser una etapa de alegría porque sienten que es una etapa de mayor libertad y oportunidades; pero para otros se convierte en un periodo de desilusión, apatía, abandono, tristeza, temor, ansiedad, y deterioro de la autoestima. También, la jubilación no solo afecta a ellos, sino que también, perjudica a su contexto familiar.

A partir de los resultados de esta investigación, los profesionales de la salud pública implementarán programas de adaptación a la jubilación, el mismo que estará orientado a impulsar el acompañamiento gerontológico para la adaptación al retiro laboral. También, servirá de referencia para el inicio de otras investigaciones en esta temática.

El estudio es viable, porque contó con los recursos humanos, materiales y económicos lo que garantizó su ejecución.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes del estudio**

##### **A nivel internacional**

Mazadiego et al<sup>10</sup>. en México en el año 2011, realizó una investigación Incremento de la autoestima en los adultos mayores de un hogar de jubilados, en 17 adultos mayores, a quienes se asignaron diversas actividades, como ejercicios musicales, juegos de mesa, manualidades y sesiones de intercambio de experiencias y expresión de sentimientos. Los resultados obtenidos muestran un incremento considerable de los niveles de autoestima en general y de la calidad de vida de los sujetos.

Sánchez et al<sup>11</sup> investigaron Los adultos mayores y su retiro del mercado laboral en México, en el año 2019. Los resultados sugieren una relativa estabilidad de los adultos mayores ocupados. Los hombres tienen el doble de probabilidad que las mujeres de pensionarse o jubilarse, y se percibe el estancamiento de las mujeres en los quehaceres del hogar. El sexo y lugar de residencia influyen negativamente en el retiro de los adultos mayores del mercado laboral.

##### **A nivel nacional**

Villavicencio y Rivero<sup>12</sup> realizaron una investigación cuyo objetivo fue Determinar el nivel de autoestima según dimensiones satisfacción y devaluación personal en personas adultas mayores que acuden a los comedores de la Sociedad Pública de Beneficencia de Lima Metropolitana, en el año 2011. La población estuvo conformada por 110 adultos mayores usuarios de los comedores Santa Rosa y Santa Teresita. Se aplicó un cuestionario de datos sociodemográficos y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Resultados: El rango de edad en el 80% de adultos mayores estaba comprendido entre 69 a 70 años. El 100% era de nivel socioeconómico bajo. El 71% eran varones. El 46% presentaba grado de instrucción secundaria y el 38% primaria. Los puntajes obtenidos con referencia a la autoestima fluctuaron entre 12 y 37 puntos. La media general fue 24 puntos.

Conclusiones: La mayoría de los adultos mayores mostraron nivel de autoestima bajo; no hubo diferencias porcentuales entre los niveles intermedio y alto.

Piscoya<sup>5</sup> estudió La jubilación: un estudio de la representación social desde la perspectiva del adulto mayor Universidad católica “Santo Toribio de Mogrovejo” Chiclayo- Perú en el año 2012. Concluyó que la etapa de jubilación es para algunos difícil y compleja, debido a que tienen limitaciones dentro de su vida personal, familiar y social. Considera que ha pasado de un estado de dependencia laboral a estar presos de las necesidades de su familia y tareas del hogar. La ruptura con un grupo de pertenencia del trabajo hace que ellos ingresen a un estado vacío y de ausencia y sientan añoranza por su trabajo, los amigos, las reuniones laborales y la rutina de todos los días, esto conlleva a una pérdida de identidad y disminución de su autoestima adoptando conductas tales como: la marginación, introspección, aferrarse al pasado y aparición desentimientos de inferioridad, y sobre todo a formar en ellos una imagen de desconcierto y duda, donde se cuestionen, realmente ¿la jubilación es un jubilo? O es ¿llegar a una vida sin sentido?

## **2.2 Base teórica conceptual**

### **2.2.1 Niveles de autoestima**

Branden<sup>13</sup>, define la autoestima como “la experiencia de ser competente para enfrentarse a los desafíos básicos de la vida, y ser dignos de felicidad. La autoestima tiene dos componentes: 1) Considerarse eficaces confiar en la capacidad de uno mismo para pensar, aprender, elegir y tomar decisiones y, por extensión, superar los retos y producir cambios; 2) el respeto por uno mismo, o la confianza en que las personas son dignas de los logros, el éxito, la amistad, el respeto, el amor y la realización que aparezcan en sus vidas”. La eficacia y el respeto hacia uno mismo constituyen el pilar doble sobre el que se sienta una autoestima sana; si falla una de las dos partes la autoestima se ve afectada.

Craig<sup>14</sup> define la autoestima como: “el hecho de verse a uno mismo como una persona con características positivas, como alguien que tendrá un buen desempeño en las cosas que juzga importantes”.

Dorothy citado por Díaz<sup>6</sup> la autoestima se refiere a cómo se siente la persona consigo mismo, a la opinión general o juicio que la persona realiza sobre uno mismo.

Para Stanley Coopersmith citado por Díaz<sup>6</sup> define la autoestima como “la evaluación que realiza un individuo sobre sí mismo, expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y merecedor.

En síntesis, la autoestima es la valoración, alta, media, baja que el adulto mayor tiene de sí mismo en función de la evaluación de sus pensamientos, experiencias, sentimientos.

Para Branden<sup>13</sup> la autoestima tiene tres niveles:

### **Alta autoestima**

Una elevada autoestima significa que la persona está contenta consigo mismo y con los demás y se siente competente en sus habilidades sociales y de otra índole. Implica apreciarse a uno mismo, confiar en las propias ideas, estar seguro de uno mismo, ser curioso, afrontar los desafíos, iniciar actividades nuevas con decisión, estar orgulloso de lo que uno hace, tolerar la frustración, perseverar en la consecución de los objetivos, ser optimista, saber manejar las críticas, adaptarse con facilidad al cambio, ser autocrítico, pero de forma constructiva.

Una adecuada autoestima es la base para el afrontamiento de los retos y las dificultades en la vida, como así también para ayudar a quienes precisan nuestro apoyo. Además, una autoestima saludable se correlaciona con la racionalidad, el realismo y la intuición con la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios, con el deseo de admitir y corregir los errores y con la disposición a cooperar. Las expresiones de un sujeto con autoestima positiva son variadas y dependen tanto de factores de personalidad como de factores ambientales. Sin embargo, existen rasgos comunes que podrían sintetizarse de la siguiente forma:

*En relación con sí mismo:*

- Tienen una actitud de confianza frente así mismo, actúa con seguridad y se siente capaz y responsable por lo que siente, piensa y hace.

- Es una persona integrada, que está en contacto con lo que siente y piensa.
- Tiene capacidad de autocontrol y es capaz de autorregularse en la expresión de sus impulsos.

*En relación con los demás:*

- Es abierto y flexible, lo que le permite crecer emocionalmente en la relación con los otros.
- Tiene una actitud de valoración de los demás y los acepta como son.
- Es capaz de ser autónomo en sus decisiones y de discernir sin agredir.
- Toma la iniciativa en el contacto social y a su vez, es buscado por sus compañeros, porque resulta atractivo.
- Su comunicación con los otros es clara y directa. Los elementos verbales coinciden con los no verbales. Por lo que su comunicación es congruente.
- Tiene una actitud empática, es capaz de conectarse con las necesidades de los demás.
- Establece en forma adecuada relaciones con personas de mayor jerarquía.

*Frente a las tareas y obligaciones:*

- Asume una actitud de compromiso, se interesa por la tarea y es capaz de orientarse por las metas que se propone.
- Es optimista con relación a sus posibilidades para realizar sus trabajos.
- Se esfuerza y es constante a pesar de las dificultades. No se angustia en exceso frente a los problemas, pero se preocupa por encontrar soluciones.
- Percibe el éxito como el resultado de sus posibilidades y esfuerzos.
- Cuando se equivoca es capaz de reconocerlo y de enmendar sus errores; no se limita a auto culparse ni a culpar a los otros.
- Su actitud creativa. Es capaz de asumir los riesgos que implica una tarea nueva.

***Mediana autoestima***

La persona no se considera superior a otro, ni tampoco se acepta asimismo plenamente. El término medio de autoestima implica que la persona tiene ciertas debilidades emocionales que lo toma como suyas sin titubeos, una identidad propia, se cree disminuido frente a los demás en varias ocasiones, pero esto no es regla

general, ya que presenta actitudes y aptitudes en la mayoría de las veces positivas, pero la familia no le ayuda a potenciarlas.

### ***Baja autoestima***

Branden<sup>13</sup> postula que la baja autoestima constituye tanto un factor causal que predispone a experimentar problemas psicológicos como la consecuencia de estos. Los problemas que se manifiestan como una autoestima pobre también contribuyen significativamente al constante deterioro de esta. Una baja autoestima es sentirse inapropiado para la vida, no acerca de un tema, sino inadecuado como persona, en la propia existencia y responder a los desafíos y alegrías de la vida con un sentimiento fundamental de incapacidad y desmerecimiento.

Siguiendo a este autor, podemos decir, que la baja autoestima se correlaciona con la irracionalidad, con la rigidez, el miedo a lo nuevo y a lo desconocido, con la conformidad inadecuada o con una rebeldía poco apropiada, con la sumisión o el comportamiento reprimido de forma excesiva y el miedo a la hostilidad de los demás. En ocasiones pueden responder con hostilidad o agresión.

La baja autoestima implica insatisfacción, rechazo y desprecio hacia sí mismo. Se ven como inútiles, dependientes y abrumados. Por lo que estas personas son más vulnerables ante cualquier situación. Los problemas de autoestima y las conductas sociales poco desarrolladas suelen ir unidas a estados emocionales negativos.

Las personas con una baja autoestima entran en un círculo vicioso muy reforzante al no apreciarse a sí mismas, carecen de motivación para llevar a cabo su superación personal, son pesimistas y se sienten inseguras para abordar los problemas cotidianos, lo que las hace poco comunicativas, tristes y con escasa capacidad resolutive. Esto las lleva a autocriticarse negativamente, socavando su autoestima y cerrando así el círculo vicioso. La baja autoestima puede expresarse de diferentes maneras dependiendo de la personalidad del sujeto, de sus experiencias vitales y de los modelos de identificación a los que ha estado expuesto.

La autoestima en el proceso de jubilación tendrá como sustento teórico al test de carácter público por Meléndez<sup>7</sup>, quien considera cinco dimensiones que a continuación se describen:

- *Autorespeto*: valorar y satisfacer las necesidades propias de manera oportuna. Comprende los siguientes indicadores: manifiesta respeto por sí mismo, siente que si dejo que hagan las cosas por mí saldrán mejor, cambio mis decisiones con facilidad cuando escucho la opinión de los demás, es difícil expresar sus sentimientos, deja que otros tomen las decisiones por él, creo que es útil para las otras personas, le consideran una persona interesante.
- *Autoaceptación*: reconocimiento y aprobación de las propias cualidades y limitaciones, es decir es tener conciencia de sí mismo y admitir todas las características propias, creando una identidad propias en seguridad de los de otras personas o tendencias, es aceptarse como individuos in el sentimiento de insatisfacción frente a sí mismo ni comparaciones con los demás; incluye los siguientes indicadores: hace las cosas que quiero hacer, le divierte reírse de sus errores, dice lo que piensa sin temor a lo que le digan, le gusta ser el centro de atención, le gustaría poder cambiar su aspecto físico, cree que su comportamiento es inadecuado, siente que no tiene mucho de que estar orgulloso, se alegra ser como es.
- *Autoevaluación*: valoración de las capacidades propias, es decir la capacidad de discernir entre las cosas que benefician y afectan a las personas esto ayuda a que las personas crezcan de manera positiva valorando las cosas que traen beneficios como persona. Contiene los siguientes indicadores: Le interesa averiguar lo que piensan los demás de él, se desanima con facilidad, Le afectan mucho los comentarios negativos que hacen sobre él, exige demasiado en cada tarea que realiza, en general se inclina a pensar que está haciendo las cosas mal, cuando le hacen una crítica le presto más atención a lo negativo que a lo positivo, constantemente verifica si está realizando bien la tarea
- *Autoconcepto*: concepción mental de cómo se percibe así mismo, son las creencias que se forman a través de la subjetividad de la persona y se manifiestan en la conducta actuando como un círculo vicioso, si la persona se visualiza exitosa actuará como tal y si se visualiza incompetente de la misma manera sus acciones se manifestarán como tal, comprende los siguientes indicadores: Es una persona hábil en lo que realiza, siente que los demás creen que no le salen las cosas bien, las demás personas le consideran alguien interesante, hace que la gente se sienta a gusto, le gusta enfrentar nuevos retos, cuando las cosas salen mal le echa la culpa, siente que los demás se ríen de él,

tiende a caerles bien.

- *Autoconocimiento*: ser consciente de las cualidades y características propias, permite ser consciente de las virtudes propias así como de los defectos y posibilidades cuando la persona se da cuenta de sus habilidades, destrezas y capacidades, el individuo logra tener una personalidad fuerte y sólida, contiene los siguientes indicadores: cuáles son sus cualidades personales principales, tiene valores definidos y los aplica en cada aspecto de su vida, tiene metas claras y sabe el esfuerzo que tomará el poder lograrlas, para generar una opinión necesita escuchar antes la de los demás, propone soluciones originales a los problemas que se le presentan, tiene miedo expresar sus sentimientos abiertamente, cuando tiene un problema le gusta utilizar soluciones nuevas, expreso su opinión a pesar de no conocer del tema de conversación.

### **2.2.2 Proceso de jubilación en los adultos mayores**

La palabra jubilación proviene de vocablo latino “jubilatio” que significa júbilo o alegría y supone el estado en que se encuentran las personas que han logrado llegar al momento del retiro laboral<sup>15</sup>. Esta nueva situación implica, que los adultos mayores son retirados del circuito productivo, un alejamiento de las actividades sociales, puede ser un momento de desequilibrio.

Para Moragas citado por Piscoya<sup>5</sup>, la jubilación es concebida como medio para producir la renovación de la fuerza de trabajo, o como un mecanismo que permitía retirarse a los trabajadores a partir de cierta edad con la seguridad de una pensión, sin embargo, si el adulto mayor que se jubila no sabe enfrentar este cambio, le puede suponer situaciones de una graves crisis personal - social, y por tanto, la familia debe cumplir un papel importante para ayudar a superar los cambios generados a través de la jubilación reestructurando el sistema de relaciones sociales que permitan a los adultos mayores adaptarse a un nuevo sistema basado por la permanencia en casa.

A partir de este concepto, se puede considerar que la jubilación es sin duda, una de las transiciones evolutivas más importantes que la persona experimenta en la segunda mitad de la vida, y que se encuentra asociada mayormente con un impacto negativo en la satisfacción vital y otras medidas de bienestar personal <sup>16</sup>

El proceso de la jubilación es un acontecimiento obligatorio cuando las personas concluyen su vida laboral, a partir de los 65 años, reciben la pensión de jubilados a través del Sistema Nacional de Pensiones SNP (DL N° 19990, (rige desde 1° de mayo de 1973), por haber aportado mensualmente un porcentaje de su sueldo o ingreso (13%) al Sistema Nacional de pensiones- SNP, por un periodo no menor de 20 años. Este sistema es administrado por la Oficina de Normalización Previsional (ONP) y es operado por las Administradoras de Fondos de Pensiones (AFP)<sup>15</sup>.

Para obtener este beneficio se realiza una serie de trámites administrativos, que comienzan con la presentación de constancias de ingreso, tiempo laborado, puesto desempeñado y salario devengado. Se puede decir, que la jubilación es el hecho de interrumpir de manera brusca la actividad laboral desarrollada durante la vida, por causa de la edad<sup>5</sup>.

Según Sirlin<sup>16</sup> la jubilación es un proceso continuo que pasa por seis etapas:

1. *Prejubilación*: se caracteriza porque el individuo se orienta hacia sí mismo, hacia la idea de jubilarse, durante esta etapa se hipotetiza sobre cómo podrá ser la jubilación, fantaseando sobre el tema en algunas ocasiones.
2. *Jubilación*: que puede conducir a tres tipos de vivencias alternativas: luna de miel, continuidad con las actividades de ocio planificadas o rutina y la de descanso.
3. *Después de la fase jubilación*: algunas personas pasan por una tercera fase de desencanto y depresión, que tiene lugar cuando el sujeto percibe que sus fantasías (agradables) sobre la jubilación no se producen.
4. *Reorientación* en la cual se reevalúa la situación y se construyen percepciones realistas de la jubilación (ni todo es positivo, ni todo negativo).
5. *En la quinta etapa*, las personas desarrollan un estilo de vida rutinario que en muchos casos conduce a la satisfacción en tanto indica que se ha logrado una estabilidad.
6. *Por último, en la fase final*, el rol de jubilado pierde relevancia en tanto que ya

está plenamente asumido o es sustituido por otros roles.

En la jubilación, se ha construido un anclaje en la sociedad, donde se concibe a esta etapa como una barrera demarcatoria, dejando afuera de este círculo a todos aquellos que, cumpliendo 65 años engrosan las filas de los llamados "pasivos", obligándolos a replegarse sobre si mismos aun reposo forzoso. Se considera que, es sinónimo de "no productivo", de "falta de actividad". Muchas veces la jubilación, es pensada como un vacío, para el cual, la persona no se encuentra preparada, dejando al sujeto sin nada que hacer. Si bien para muchos, la jubilación es el momento de disfrutar del tiempo libre, para otros es un momento de estrés, ya que el retiro, les supone una pérdida del poder adquisitivo y por ende afecta la autoestima.

El cambio de estatus del trabajador se realiza en las instituciones, los cuales permiten validar o no la jubilación de un trabajador considerando edades y tiempo de servicios, a través de reglamentos internos de las instituciones y lo previsto en las convenciones colectivas. Desde este punto de vista la jubilación solo se cumple como un proceso administrativo normado, dejando a un lado los efectos que, en las personas, la sociedad y la institución puede causar este cambio de estatus del trabajador.

### **Implicancias de la jubilación**

Rodríguez citado por Díaz<sup>6</sup> señala que a través de la jubilación los adultos mayores son retirados del circuito productivo y esto involucra un alejamiento de las actividades sociales. Por lo tanto, la jubilación implica la pérdida del rol laboral, la disminución de los ingresos, el cambio de ritmo de vida cotidiana, la reestructuración de los contactos familiares y sociales y la disponibilidad de una gran cantidad de tiempo libre, que, la persona no se ha preparado previamente para utilizarlo, de modo que le resulte significativo y agradable, la jubilación puede convertirse en un castigo más que en una liberación. La jubilación está considerada generalmente como el ingreso a la etapa de la ancianidad. En resumen, la jubilación implica:

- Pérdida del rol profesional

- Disminución de los ingresos económicos.
- Pérdida de estatus.
- Pérdida de oportunidades de contacto social derivadas del trabajo (relaciones sociales, contactos interpersonales).
- Pérdida de reconocimiento.
- Estrés emocional.
- Mayor cantidad de tiempo libre.

### **Consecuencias positivas de la jubilación**

- Realización de actividades recreativas, culturales y de ocio
- Más libertad
- Más tiempo.

### **Consecuencias negativas de la jubilación:**

- Estrés.
- Depresión.
- Sentimiento de pérdida de valor personal.
- Problemas económicos.
- Disminución de las relaciones sociales.
- Aburrimiento.
- Disminución de la autonomía.
- Disminución del control sobre uno mismo y sobre el ambiente.
- Soledad.
- Aislamiento.
- Baja autoestima.

### **2.2.3 Teoría de autoestima**

Autoestima Coopersmith<sup>17</sup>, considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de la persona misma, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo. Afirma, que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí mismo, se expresa a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significa competente y exitosa. Además, que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien, es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios expresados en las actitudes que toma sobre sí mismos.

La formulación del concepto de sí mismo está determinado por las interacciones sociales y las experiencias de este, una vez que el individuo ha establecido el concepto de sí mismo, estará listo para determinar si está o no satisfecho con lo que ve de sí mismo.

También, dependerá de su habilidad para resolver problemas relacionados a su desarrollo y en base a su capacidad para enfrentar situaciones de la vida diaria cubriendo mayores atributos y experiencias que son asumidos como referidos directamente así mismo.

Existen situaciones, donde la familia o la sociedad al adulto mayor no le prestan atención, se burlan o se ríen de él cuándo pide ayuda, expresa miedo o necesita compañía, busca protección, siente vergüenza, estas actitudes se muestran totalmente opuestas cuando él adulto mayor, se siente “querido e importante” tales situaciones tienen en consecuencia, un peso negativo y/ o positivo en su autoestima.

### **Modelo deficitario**

Basado en el modelo médico tradicional, que en torno a los cambios biológicos conceptualiza al adulto mayor en términos de déficit y de involución. Este modelo relaciona al adulto mayor con la enfermedad, vida sedentaria, improductividad, etapa de ruptura de involución, carencia de contenido y etapa dedecadencia<sup>17</sup>.

### **Modelo de envejecimiento exitoso**

Basado en la necesidad de redefinir a la adultez mayor como una etapa diferente de la vida, pero también plena de posibilidades. Para este modelo la educación, la formación está presente, como estrategia básica para una mejor calidad de vida

desde una visión nueva, salutogénica y formativa. Además, considera que es una etapa más de la vida, desarrollo biográfico e histórico, actividad, encuentro con una segunda etapa de libertad y un tiempo de humanización<sup>18</sup>.

### **2.3 Identificación de la variable**

Nivel de autoestima durante el proceso de jubilación

### **2.4 Operacionalización de la variable**

(En la página siguiente)

### 2.4.1 Operacionalización de la variable

NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ADULTOS MAYORES DURANTE EL PROCESO DE JUBILACIÓN ASIJE -JAEN								
Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Valor/ dimension	Valor final	Tipo de variable	Escala de medición
Nivel de autoestima durante el proceso de jubilación	Es el grado en que el adulto mayor se valora así mismo durante el proceso de jubilación	El nivel de autoestima durante el proceso de jubilación comprende cinco dimensiones: autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto y Autoconocimiento.	<b>Autorespeto</b>	-Hago las cosas que deseo hacer. -Manifiesto respeto por mí mismo. -Siento que, si deajo que hagan las cosas por mí, saldrán mejor. -Cambio mis decisiones con facilidad cuando escucho la opinión de los demás. -Me es difícil expresar mis sentimientos. -Dejo que otros tomen las decisiones por mí. -Creo que soy útil para las otras personas- -Me considero una persona interesante	Alta: 20-24  Media: 14-19  Baja: 8-13	Alta: 94-120 puntos  Media: 67-93 puntos  Baja: 40-66 puntos	Cualitativa	Ordinal

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Valor/ Dimensión	Valor final	Tipo de variable	Escala de medición
Nivel de autoestima durante el proceso de jubilación	Es el grado en que el adulto mayor se valora así mismo durante el proceso de jubilación	El nivel de autoestima durante el proceso de jubilación comprende cinco dimensiones: autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto y Autoconocimiento.	<b>Autoaceptación</b>	<p>-Estoy orgulloso de ser quien soy.</p> <p>-Me divierte reírme de mis errores.</p> <p>-Digo lo que pienso sin tener a lo que me digan.</p> <p>-Me gusta ser el centro de atención.</p> <p>.Me gustaría poder cambiar mi aspecto físico.</p> <p>-Creo que mi comportamiento es inadecuado.</p> <p>-Siento que tengo mucho de que estar orgulloso.</p> <p>-Me alegra ser como soy</p>	<p>Alta: 20-24</p> <p>Media: 14-19</p> <p>Baja: 8-13</p>	<p>Alta: 94-120 puntos</p> <p>Media: 67-93 puntos</p> <p>Baja: 40-66 puntos</p>	Cualitativa	Ordinal

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Valor/dimensión	Valor final	Tipo de variable	Escala de medición
Nivel de autoestima durante el proceso de jubilación	Es el grado en que el adulto mayor se valora así mismo durante el proceso de jubilación	El nivel de autoestima durante el proceso de jubilación comprende cinco dimensiones: autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto y Autoconocimiento.	<b>Autoevaluación</b>	<p>-Me interesa averiguar lo que piensan los demás de mí.</p> <p>-Soy capaz de hacer las cosas como la mayoría de gente</p> <p>-Me desanimo con facilidad.</p> <p>-Me afectan mucho los comentarios negativos que hacen sobre mí.</p> <p>-Me exijo demasiado en cada tarea que realizo</p> <p>-En general, me inclino a pensar que estoy haciendo las cosas mal.</p> <p>-Cuando me hacen una crítica le presto más atención a lo negativo que a lo positivo.</p> <p>-Constantemente verifico si estoy realizando bien la tarea que haga.</p>	Alta: 20-24	Alta: 94-120 puntos	Cualitativa	Ordinal
				Media: 14-19	Media: 67-93 puntos			
				Baja: 8-13	Baja: 40-66 puntos			

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Valor / dimensión	Valor final	Tipo de variable	Escala de medición
Nivel de autoestima durante el proceso de jubilación	Es el grado en que el adulto mayor se valora así mismo durante el proceso de jubilación	El nivel de autoestima durante el proceso de jubilación comprende cinco dimensiones: autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto y Autoconocimiento	<b>Autoconcepto</b>	<p>-Soy una persona hábil en lo que realizo.</p> <p>-Siento que los demás creen que no me salen las cosas bien</p> <p>-Las demás personas me consideran alguien interesante.</p> <p>-Hago que la gente se sienta a gusto</p> <p>-Me gusta enfrentar nuevos retos.</p> <p>-Cuando las cosas salen mal me echo la culpa.</p> <p>-Siento que los demás se ríen de mí.</p> <p>-Tiendo a caerles bien a las demás personas.</p>	<p>Alta: 20-24</p> <p>Media: 14-19</p> <p>Baja: 8-13</p>	<p>Alta: 94-120 puntos</p> <p>Media: 67-93 puntos</p> <p>Baja: 40-66 puntos</p>	Cualitativa	Ordinal

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Valor/dimensión	Valor final	Tipo de variable	Escala de medición
Nivel de autoestima durante el proceso de jubilación	Es el grado en que el adulto mayor se valora así mismo durante el proceso de jubilación	El nivel de autoestima durante el proceso de jubilación comprende cinco dimensiones: autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto y Autoconocimiento	<b>Autoconocimiento</b>	<p>-Sé bien cuáles son mis cualidades personales principales.</p> <p>-Tengo mis valores definidos y los aplico en cada aspecto de mi vida.</p> <p>-Tengo metas claras y se el esfuerzo que me tomará el poder lograrlas.</p> <p>-Para generar una opinión necesito escuchar antes la de los demás.</p>	<p>Alta: 20-24</p> <p>Media: 14-19</p> <p>Baja: 8-13</p>	<p>Alta: 94-120 puntos</p> <p>Media: 67-93 puntos</p> <p>Baja: 40-66 puntos</p>	Cualitativa	Ordinal

<b>Variable</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>	<b>Valor/dimensión</b>	<b>Valor final</b>	<b>Tipo de variable</b>	<b>Escala de medición</b>
				<p>-Propongo soluciones originales a los problemas que se me presentan.</p> <p>-Tengo miedo de expresar mis sentimientos abiertamente.</p> <p>-Cuando tengo un problema me gusta utilizar soluciones nuevas.</p> <p>-Expreso mi opinión a pesar de no conocer el tema de conversación</p>				

# CAPÍTULO III

## MARCO METODOLÓGICO

### 3.1 Tipo y diseño de investigación

Investigación de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo y de corte transversal. *Cuantitativo*, porque se fundamenta en el método hipotético deductivo, que permite investigar hechos o fenómenos de la realidad, es concebido como un sistema de variables que se operativizan para asegurar que los datos sean medidos objetivamente<sup>19</sup>.

*Esdescriptivo*, porque permitió observar y describir aspectos de una situación que ocurre de manera natural; examinalascaracterísticasde una manera sencilla y presenta los datos tal y como seobtienen<sup>20</sup>.

*Transversal*, porque la observación se dio en un momento dado<sup>21</sup>.

### 3.2 Población de estudio

La población estuvo constituida por 30 adultos mayores, que pertenecen a la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación-Jaén durante el III trimestre del año 2018.

### 3.3 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Adultos mayores de ambos sexos que se encuentren en proceso de jubilación
- Adultos mayores que acepte participar voluntariamente en la investigación

Criterios de exclusión:

- Adultos mayores cesantes
- Adultos mayores que no pertenecen a la Asociación de CesantesJubilados del Sector Educación-Jaén

### 3.4 Unidad de análisis

Estuvo constituida por cada uno de los adultos mayores en proceso de jubilación que asisten a la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación – Jaén.

### 3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento un cuestionario tipo escala de Likert (Anexo 1) elaborada por Rodríguez et al.<sup>22</sup> en México y fue aplicado por Meléndez<sup>7</sup> y Rosas<sup>23</sup> en Guatemala. El instrumento mide el nivel de autoestima en cinco dimensiones: Autorespeto (8 ítems), autoaceptación (8 ítems), autoevaluación (8 ítems), autoconcepto (8 ítems) y autoconocimiento (8 ítems), contiene 40 ítems, con un padrón de respuesta de cuatro criterios: Nunca (0), en ocasiones (1), casi siempre (2), siempre (3), y con un índice de fiabilidad de 0,697. El cuestionario fue autoadministrado y anónimo, el tiempo aproximado para responder fue aproximadamente de 20 minutos.

Los parámetros para determinar el nivel de autoestima se clasificaron en:

#### Nivel de autoestima

Dimensión	Valor de la dimensión			Valor global de la variable
	Alta	Media	Baja	
Autorespeto	20- 24	14-19	8-13	Alta: 94- 120  Autoestima Media: 67- 93 puntos  Autoestima Baja: 40- 66 puntos
Autoaceptación	20- 24	14-19	8-13	
Autoevaluación	20- 24	14-19	8-13	
Autoconcepto	20- 24	14-19	8-13	
Autoconocimiento	20- 24	14-19	8-13	

Para la ejecución del estudio se solicitó el permiso a responsable de la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación – Jaén (Anexo 2), con el fin de obtener la autorización correspondiente. Previo a la aplicación del instrumento se dio a conocer a los encuestados los objetivos del estudio, quienes aceptaron su participación a través del consentimiento informado (Anexo 3).

### 3.6 Validez y confiabilidad del instrumento

A pesar de ser validado el instrumento, se aplicó a una prueba piloto, en la cual participaron 15 adultos mayores con características similares a la población de estudios. El instrumento mostró un Coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,836 (Anexo 4), lo que indica una buena consistencia interna de los ítems del cuestionario.

### **3.7 Procesamiento y análisis de los datos**

El procesamiento de la información se realizó en forma electrónica utilizando el programa estadístico SPSS versión 21.0. Para la medición de la variable se utilizó el análisis univariado mediante la estadística descriptiva, Los resultados son presentados en tablas simples de distribución de frecuencia, los mismos que fueron interpretados y analizados con apoyo del marco teórico.

### **3.8 Criterios éticos de la investigación**

La investigación se basó en los principios éticos de Belmont<sup>23</sup>.

- *Principio de respeto a la dignidad humana:*

Comprende el derecho a la autodeterminación y el derecho irrestricto a la información<sup>24</sup>. Los participantes decidieron libremente su participación en la investigación a través del proceso de consentimiento informado.

- *Principio de justicia*

Este principio consiste en brindar un trato merecido o justo sin negarle un servicio, una información o imponerle una responsabilidad u obligación indebida o exigirle más de lo requerido por la ley<sup>24</sup>. Los participantes del estudio fueron tratados con amabilidad y respeto sin prejuicios, sin discriminaciones, además, se aclararon todas las dudas.

- *Principio de beneficencia*

Es un principio primordial de la investigación, en este se testifica. “no hacer daño al participante”, si acepta como voluntario o no<sup>24</sup>. En el estudio se evitó el daño físico y psicológico a los encuestados.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1 Resultados

Los adultos mayores que participaron en el estudio, la mayoría tienen edad promedio  $71,3 \pm 5,6$ , edad mínima 63 años y máxima 75 años, son de sexo masculino (73, 3 %), con grado de institución superior (96,7%), estado civil casado (70,0%) (Anexo 5-tabla 6,7).

##### 4.1.1 Nivel de autoestima según dimensiones del adulto mayor en proceso de jubilación

Tabla 1. Nivel de autoestima en la dimensión autorespeto del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Autorespeto	N°	%
Media	15	50,0
Alta	15	50,0
Total	30	100,0

En la tabla1, se observa que el nivel de autoestima en la dimensión autorespeto, expresado por los adultos mayores es alta (50,0%) y media (50,0%).

Tabla 2. Nivel de autoestima en la dimensión autoaceptación del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Autoaceptación	Nº	%
Alta	17	56,7
Media	12	40,0
Baja	01	3,3
Total	30	100,0

En la tabla 2, se evidencia el nivel de autoestima del adulto mayor en la dimensión autoaceptación es alta (56,7%).

Tabla 3. Nivel de autoestima en la dimensión autoevaluación del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación -Jaén, 2018

Autoevaluación	Nº	%
Alta	12	40,0
Media	14	46,7
Baja	04	33,3
Total	30	100,0

La tabla 3, señala que el nivel de autoestima en la dimensión autoevaluación del adulto mayor es media (46,7%).

Tabla 4. Nivel de autoestima en la dimensión autoconcepto del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación -Jaén, 2018

Autoconcepto	N°	%
Alta	16	53,4
Media	13	43,3
Baja	01	3,3
Total	30	100,0

La tabla 4, muestra el nivel de autoestima en la dimensión autoconcepto, manifestado por el adulto mayor es alta (53,4%).

Tabla 5. Nivel de autoestima en la dimensión autoconocimiento del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación, Jaén, 2018

Autoconocimiento	N°	%
Alta	25	83,3
Media	4	13,3
Baja	1	3,3
Total	30	100,0

En la tabla 5, se evidencia el nivel de autoestima del adulto mayor en la dimensión autoconocimiento es alta (83,3%).

#### 4.1.2 Nivel de autoestima en el adulto mayor durante el proceso de jubilación

Tabla 6. Nivel global de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación, Jaén, 2018

	Autoestima	N°	%
	Alta	17	57,0
L	Media	11	38,0
a	Baja	2	5,0
t	Total	30	100,0

Tabla 6, muestra que los adultos mayores durante el proceso de jubilación tienen nivel de autoestima alta (57,0%).

#### 4.2 Discusión

La mitad de los adultos mayores durante el proceso de jubilación tienen nivel de autoestima alta y media en la dimensión autorespeto (Tabla 1). Expresado en los resultados, “siempre” hay cosas que quieren hacer (46,7%), respeto por sí mismos (70,0%) “en ocasiones” cambian sus decisiones con facilidad cuando escuchan la opinión de los demás (60%), es difícil que expresen sus sentimientos (50%) y “nunca” dejan que otros tomen las decisiones por ellos (66,7%) (Anexo 5, cuadro 1); hallazgos similares encontró Morocco<sup>25</sup> que el nivel de autorespeto fue alto en los adultos mayores, quienes manifestaron que hacen referencia en: saludar a sus conocidos, toman decisiones con facilidad, se entienden a sí mismos, dicen la verdad si desean expresar algo. Las personas con alta autoestima son seguras y se respetan.

Rodriguez<sup>26</sup> refiere que las personas menos afectivas en expresar sus sentimientos tienen un yo más débil, son ansiosas, con tendencia a la culpabilidad, poseen actitudes desfavorables y baja autoestima hacia la jubilación, que aquellas personas que son más afectivas en expresar sus sentimientos.

Se puede decir, que el respeto, es un primer paso hacia una buena autoestima. Dresel<sup>27</sup> señala, que a medida que la persona se va haciendo adulta mayor aparece el

pensamiento de que se debe respetar. Esto hace aparecer dos fuerzas incontenibles: La necesidad de generar respeto hacia su persona y la necesidad de comenzar a creer en él mismo para afrontar la etapa de jubilación.

En la dimensión autoaceptación, el nivel de autoestima de los adultos mayores es alta (Tabla 2), consideran que “siempre” están orgullosos de ser quienes son (60%), “en ocasiones” les gusta ser el centro de atención (50%), nunca les gustaría cambiar su aspecto físico (46,7%) (Anexo 5, cuadro 2). Resultados similares encontró Morocco<sup>25</sup> que este grupo etáeopresenta un alto nivel de autoestima en la dimensión autoaceptación, ya que no se avergüenzan de su persona, se aceptan como son, expresan seguridad en sí mismos.

Por consiguiente, los adultos mayores deben aceptarse tal y como son, esto les brinda seguridad y confianza para afrontar el proceso de jubilación.

En cuanto a la dimensión autoevaluación, los adultos mayores tienen autoestima media (Tabla 3), reconocen que “en ocasiones” se desaniman con facilidad (53,3%), piensan que están haciendo las cosas mal (60,0%) (Anexo 5, cuadro 3); hallazgos similares encontró Psicoya<sup>5</sup> que los adultos mayores tienden a formar una imagen de desconcierto y duda donde se cuestionan que no están haciendo las cosas bien.

Al respecto, Arias<sup>28</sup> indica que la autoevaluación es uno de los principales retos que tienen los seres humanos, pues para todos es más fácil tratar de transformar la vida, los comportamientos y las actitudes de los demás, que reflexionar sobre la jubilación y cambiarse a sí mismo.

En la dimensión autoconcepto, los adultos mayores en proceso de jubilación tienen un nivel de autoestima alta (Tabla 4), reconocen que “casi siempre” son personas hábiles en lo que realizan (56,7%), “en ocasiones” sienten que los demás creen que no les sale las cosas bien (60,0%) y que se ríen de ellos, pero no se reprimen (50,0%) (Anexo 5, cuadro 4)

Estos resultados guardan similitud con Morocco<sup>25</sup> quien encontró un nivel alto en la dimensión autoconcepto que refieren no molestarse fácilmente cuando les regañan, les agrada la compañía de otras personas, no se frustran si algo les sale mal y no se dan por vencidos fácilmente, sin embargo Villavicencio y Rivero<sup>12</sup> encontraron que la mayoría de adultos mayores muestran nivel de autoestima bajo.

Meléndez citado por Lizano et al.<sup>29</sup> afirma que tras la jubilación se podría esperar tener un autoconcepto bajo, debido a que trae consigo la desaparición del rol de trabajador, la desvinculación de las exigencias de su actividad laboral y el hecho de pasar del rol del trabajador con éxito y estatus a un rol de jubilado. Sterns y Hurd citado por Lizano et al.<sup>29</sup> consideran que los cambios que se están produciendo en la sociedad como: la mejora de las condiciones de vida de los jubilados, gozar de salud y realizar algunas actividades entre otros, hacen que el autoconcepto de las personas vuelva más positivo.

Es decir, el adulto mayor es capaz de conocerse, valorarse y percibirse, incluso en condiciones adversas de la vida como es en el proceso de jubilación<sup>30</sup>.

Respecto a la dimensión autoconocimiento, los adultos mayores tienen nivel de autoestima alta (Tabla 5). Los indicadores que corroboran con este resultado “siempre” saben cuáles son sus cualidades personales (63,3%), tienen sus valores definidos y los aplican en su vida (63,3%), tienen metas claras y saben el esfuerzo que les toma el poder lograrlas (60,0%), “nunca” expresan su opinión cuando no conocen el tema de conversación (56,7%) (Anexo 5, cuadro 5).

Sandoval<sup>31</sup>, señala que es primordial que los adultos mayores conozcan las características del proceso de envejecimiento, los cambios que aparecen en esta etapa, tanto a nivel físico, cognitivo, sexual o social, pero también, deben conocer las potencialidades de esta etapa, estilos de vida saludables, centrados en su crecimiento integral, para la mejora de la autoestima de las personas en proceso de jubilación.

Además, Coopersmith<sup>17</sup>, señala que la formulación del concepto de sí mismo está determinado por las interacciones sociales y las experiencias de las personas, una vez que el adulto mayor ha establecido el concepto de sí mismo, estará listo para determinar si está o no satisfecho con sí mismo.

García et al.<sup>32</sup> refieren que autopercebirse con baja autoestima y bajo bienestar conlleva a una mayor dependencia funcional por parte de los adultos mayores, lo que aumenta su vulnerabilidad a sufrir enfermedades físicas.

Es decir, la autopercepción positiva de los adultos mayores se transforma en un factor relevante, en una mejora tanto física como emocional. Además, mediante el

autoconocimiento pueden lograr la autoaprobación y por consiguiente la suficiente autoestima para aceptarse a sí mismo<sup>33</sup>.

El nivel global de autoestima en los adultos mayores durante el proceso de jubilación es alta (Tabla 6). Resultados similares encontró Mazadiego et al.<sup>10</sup> que los jubilados muestran un incremento considerable de los niveles de autoestima en general. Robin y Trzesniewski citado por León y García<sup>34</sup> señalan que las personas con alta autoestima en una etapa específica de su vida la mantienen con el paso del tiempo. Una de las primeras necesidades de todo ser humano es la de sentirse querido, aceptado, recibido, pertenecer a algo y a alguien, sentimientos en los que se basa la autoestima de sentirse capaz, considerarse útil y digno. Por lo tanto, no puede haber autoestima, si el individuo percibe que los demás prescindan de él. Un adecuado nivel de autoestima es garantía de que el adulto mayor sólo podrá hacer frente con dignidad a importantes contrariedades de la vida como el enfrentarse al proceso de jubilación y no decaer su ánimo fácilmente<sup>4</sup>.

Díaz<sup>6</sup> señaló, que a medida que el proceso de jubilación avanza, se observa una disminución de la autoestima, se puede ver perjudicada por dos fuentes de conocimiento de la propia eficacia como: las experiencias de dominio y las provenientes de los estados fisiológicos. El cese laboral o productivo, introduce al sujeto a un momento de desequilibrio, donde las reevaluaciones, que exige esta nueva etapa, se ven teñidas negativamente por la situación y por las capacidades físicas que han disminuido por el avance de la edad.

Además, Campos y Escobar<sup>35</sup> encontraron que los adultos mayores pueden estar viviendo experiencias traumáticas de retiro laboral en donde se les obliga a salir de la institución o empresa sin ningún reconocimiento, y sin preparación psicológica frente al tema, dejándolos solos en la tarea de encontrar un nuevo sentido a sus vidas, en la mejor de las circunstancias junto a sus familias

Por consiguiente, en la edad adulta la valoración de la autoestima no está determinada por el paso de los años como supone el modelo deficitario del envejecimiento, por el contrario, es resultado de la interacción dinámica entre los acontecimientos históricos y el contexto de desarrollo de cada individuo. Además, Limón<sup>18</sup> identifica tres rupturas a partir de la jubilación: la desvalorización social, el acceso a un tiempo libre vacío de contenido y la ausencia de socialización en este

período de la vida. Influye, asimismo, en la salud a través de afecciones emocionales (depresión, ansiedad, baja autoestima.), por lo que la persona debe prepararse para evitar la crisis de la ruptura<sup>17</sup>.

Mazadiego et al<sup>10</sup> indica que a los adultos mayores en proceso de jubilación se les debe preparar para afrontar esta etapa, asignándoles diversas actividades, como: ejercicios musicales, juegos de mesa, manualidades y sesiones de intercambio de experiencias y expresión de sentimientos, que ayudarán a incrementar los niveles de autoestima.

Por consiguiente, Meza y Villalobos<sup>36</sup> señalan que se tiene que preparar a las personas para la edad del retiro. Jubilarse no tendría que significar una crisis que derive en baja autoestima, depresión o en pérdida del sentido de la vida. Al contrario, en la medida en la que la persona aprenda a asumir el desapego como algo natural, estará en condiciones de otorgarle a este período un nuevo valor, y esto resulta una oportunidad educativa.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

Los adultos mayores durante el proceso de jubilación en la dimensión autorespeto, tienen nivel de autoestima media y alta, perciben que “siempre” hacen las cosas que quieren hacer, manifiestan respeto por sí mismos; “en ocasiones” cambian sus decisiones con facilidad cuando escuchan la opinión de los demás, es difícil expresar sus sentimientos y “nunca” dejan que otros tomen las decisiones por ellos.

En la dimensión autoaceptación el nivel de autoestima de los adultos mayores es alta, debido a que expresan “siempre” están orgullosos de ser quienes son; “en ocasiones” les gusta ser el centro de atención y nunca les gustaría cambiar su aspecto físico.

Los adultos mayores en la dimensión autoevaluación, el nivel de autoestima es media, reconocen que “en ocasiones” se desaniman con facilidad, se inclinan a pensar de que están haciendo las cosas mal.

En la dimensión autoconcepto, el nivel de autoestima de los adultos mayores es alta, expresan que “casi siempre” son personas hábiles en lo que realizan; “en ocasiones” sienten que los demás creen que no les sale las cosas bien y que se ríen de él, pero no se reprimen.

Los participantes en la dimensión autoconocimiento, tienen nivel de autoestima alta, manifiestan que “siempre” reconocen sus cualidades personales, tienen valores definidos y los aplican en su vida; metas claras y saben el esfuerzo que les toma el poder lograrlas, “nunca” expresan su opinión si no conocen el tema de conversación.

El nivel global de autoestima en los adultos mayores durante el proceso de jubilación que asistieron a la Asociación de Cesantes Jubilados del Sector de Educación de Jaén es alto.

**Recomendaciones:**

A la Asociación de Cesantes y Jubilados del Sector Educación de Jaén, deben de coordinar con EsSalud, para seguir fortaleciendo la autoestima en las dimensiones de: autorespeto, autoaceptación, autoevaluación, autoconcepto y autoconocimiento, a través de programas educativos encauzados a brindar orientación a este grupo etáreo, previo a la jubilación, teniendo en cuenta el contexto sociocultural.

A la Escuela Académico Profesional de Enfermería, desarrollar estudios en esta línea de investigación, con otros diseños que contribuya a la solución de los problemas relacionados con la autoestima en los adultos mayores durante el proceso de jubilación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alpizar I. Jubilación y calidad de vida en la edad adulta mayor. Revista de la Facultad de ciencias sociales. 2011; 31 (42).
2. Sánchez CD. Gerontología Social. Puerto Rico; 2010. [Consultado 6 de noviembre de 2018] Disponible en: /Users/Elena/Documents/Yosuni/Yosuny/13496-Texto%20del%20artículo-13146-1-10-20180322%20(1).pdf
3. Aranibar P. Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina: La vejez como fenómeno social; 2001 [Consultado 20 de marzo de 2016] Disponible en: [http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/CALID025\\_Aranibar.pdf](http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/CALID025_Aranibar.pdf)
4. Organización de las Naciones Unidas. Segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. España; 2012.
5. Piscocoya P. Lajubilación: un estudio de la representación social desde la perspectiva del adulto mayor Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo Chiclayo-Perú; 2012 [Consultado 11 de noviembre de 2015] Disponible en: [http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/80/1/TM\\_Piscocoya\\_Angeles\\_Patricia.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/80/1/TM_Piscocoya_Angeles_Patricia.pdf)
6. Díaz M. Autoestima y Auto eficiencia durante el proceso de jubilación en los hombres. Chile; 2008 [Consultado 11 de noviembre de 2015] Disponible en: [http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos\\_digitales/1/tesis-875-autoestima.pdf](http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/1/tesis-875-autoestima.pdf)
7. Meléndez D. Relación entre autoestima y desempeño laboral en un grupo de mensajeros de una empresa dedicada a repartir correspondencia, en la Ciudad de Guatemala; 2011 [Consultado 11 de noviembre de 2015] Disponible en: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/05/43/Melendez-Dale.pdf>
8. Instituto Nacional de Estadística. Encuesta satisfacción del usuario 2020. [Consultado 12 noviembre de 2020]. Perú; 2020. Disponible en: <http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores-12356/>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI. Perú; 2018 [Consultado 22 de noviembre de 2020]. Disponible en: <https://gestion.pe/economia/39-100-adultos-mayores-afiliados-sistema-pensiones-255239-noticia/>
10. Mazadiego TJ, Calderón J, Solares Zárata C, Torres M, Coto A. Incremento de la

- autoestima en los adultos mayores de un hogar de jubilados. Mexico; 2011. [Consultado 20 noviembre de 2020]. 16(1). Disponible en: [https://www.redalyc.org/pdf/292/Resumenes/Resumen\\_29215963016\\_1.pdf](https://www.redalyc.org/pdf/292/Resumenes/Resumen_29215963016_1.pdf)
11. Sánchez GR, Montoya BJ, Robles SCG, Lozano D. Los adultos mayores y su retiro del mercado laboral en México. 2019. [Consultado 17 noviembre de 2019]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/996/99660265005/html/index.html>
  12. Villavicencio IJ, Rivero RP. Nivel de autoestima de las personas adultas mayores que acuden a los comedores de la Sociedad Pública de Beneficencia de Lima Metropolitana 2011. [Consultado 17 de noviembre de 2020]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/228576864.pdf>
  13. Branden N. El respeto hacia uno mismo. Buenos Aires: Editorial Piados; 2009.
  14. Craing P. Nuevas transiciones hacia la Jubilación. Artículo publicado en Euskonews; 2008.
  15. Oficina de Normalización Previsional –ONP. Pensiones en Perú y ONP: Sistema previsional y sus actores. Lima; 2020. [Consultado 11 noviembre de 2018]. Disponible en: [https://www.onp.gob.pe/pensiones\\_peru\\_onp/sistema\\_previsional](https://www.onp.gob.pe/pensiones_peru_onp/sistema_previsional)
  16. Sirlin C. La jubilación como situación de cambio: la preparación para la jubilación como acción estratégica para su abordaje. Uruguay; 2007 [Consultado 11 denoviembre de 2015]. Disponible en: <http://www.bps.gub.uy/bps/file/1671/1/la-jubilación-como-situación-de-cambio.-c.--sirlin.pdf>
  17. Coopersmith. Teoría De La Autoestima, en Chile; 2014 [Consultado el 22 de julio de 2016]. Disponible en: [https://www.clubensayos.com/Psi\\_colog%C3%ADa/Teor%C3%ADa-De-La-Autoestima-Seg%C3%BAn-Coopersmith/1780925.html](https://www.clubensayos.com/Psi_colog%C3%ADa/Teor%C3%ADa-De-La-Autoestima-Seg%C3%BAn-Coopersmith/1780925.html)
  18. Limón MR, Ortega MC. Envejecimiento activo y mejora de la calidad de vida en adultos mayores. Revista de Psicología y Educación 2011. [Consultado 18 febrero de 2020] (6). Disponible en: <http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/68.pdf>
  19. Hernández C, Balista P. Metodología de la investigación. 4ta ed. Interamericana. México; 2010.
  20. Rodríguez Y. Diseño de investigación. 2007.[Consultado 16 dediciembre de 2015] Disponible en: [http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/reserva\\_profesores/reina\\_rivero\\_enf\\_320/Dise%C3%B1o\\_Investigacion\\_VIII.pdf](http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/reserva_profesores/reina_rivero_enf_320/Dise%C3%B1o_Investigacion_VIII.pdf)
  21. Cabanillas R. Investigación educativa. Arquitectura de proyecto de investigación y

- del informe de tesis. Cajamarca-Perú: Martínez Compañón; 2019
22. Rodríguez M, Pellicer G, Domínguez M. *Autoestima: Clave del Éxito Personal*. México: El Manual Moderno. Ediciones Eneida; 1998
  23. Rosas AS. Relación entre autoestima y compromiso organizacional en docentes de una institución educativa Universidad Rafael Landívar. Guatemala; 2013
  24. Belmont. Principios éticos y directrices para la protección de sujetos humanos de investigación. [Consultado 30 de agosto de 2018]. Disponible en:  
[http://ori.hhs.gov/education/products/mass\\_cphs/training\\_staff/RCRspan/RCRBelmontReport.htm](http://ori.hhs.gov/education/products/mass_cphs/training_staff/RCRspan/RCRBelmontReport.htm)
  25. Morocco DV. Efecto del programa educativo “Euforia Segur”. En la autoestima del adulto mayor. Centro de Salud Ciudad de Dios Yura-2018. Arequipa: Universidad privada autónoma del sur. 2019 [Consultado 5 de marzo de 2020]. Disponible en:  
<http://repositorio.upads.edu.pe/bitstream/UPADS/75/1/tesis%20morocco%20ccama%20delia%20veronica.pdf>
  26. Rodríguez F. Actitudes hacia la Jubilación. Revista Interdisciplinaria. Versión Online. Buenos Aires; 2007.
  27. Dresel W. Toma un café contigo mismo. 2015. [Consultado 12 de marzo de 00]. Disponible en: [haciaunavejezdigna.blogspot.com/2015/09/el-respeto-por-uno-mismo-un-primer-paso.html](http://haciaunavejezdigna.blogspot.com/2015/09/el-respeto-por-uno-mismo-un-primer-paso.html)
  28. Arias NC. La autoevaluación un proceso fundamental para la formación del ser humano en el contexto de la paz y la convivencia. Itinerario Educativo. 014 [Consultado 14 de marzo de 2020]. (64), Disponible en:  
<file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-LaAutoevaluacionUnProcesoFundamentalParaLaFormacio-5163231.pdf>
  29. Lizano I, Sánchez M, Reizába L. Factores psicológicos y salud asociados con un nuevo perfil de jubilados. Rev.psicol.trab.organ. 2008 [Consultado 14 de marzo de 2020].24 (3). Disponible en:  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1576-9622008000300003](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-9622008000300003)
  30. Asociación mexicana gerontología y geriatría. Importancia del autoestima en el adulto mayor. [ Consultado 15 de marzo de 2020]. Disponible en:  
<https://www.amgg.com.mx/sobre-el-envejecimiento/la-importancia-de-la-autoestima-en-el-adulto-mayor/>
  31. Sandoval E. Tercera edad: La importancia de tener una perspectiva positiva. 2017. [Consultado 16 de marzo de 2020] Disponible:

- <https://www.uss.cl/psicologia/tercera-edad-la-importancia-una-percepcion-positiva/>
32. García A, Marín M, Bohórquez M. Autoestima como variable psicosocial predictora de la actividad física en personas mayores. *Revista de Psicología del Deporte*. 2012; 21(1).
  33. Naranjo ML. Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista electrónica Actualidades investigativas en investigación en educación*. Costa Rica; 2007. [Consultado 19 marzo de 2020]7 (3). Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
  34. De León CA, García M. Escala de Rosenberg en población de adultos mayores. *Ciencias psicológicas*. 2016 [Consultado 20 de marzo de 2020]. Disponible en: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v10n2/v10n2a02.pdf>
  35. Campos B, Escobar D. Jubilación/ Retiro laboral: Un estudio exploratorio. Chile; 2014. [Consultado 19 marzo de 2020]. Disponible en: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/116641/Tesis%20Jubilaci%C3%B3n%20-Retiro%20Laboral.pdf?sequence=1>
  36. Meza M, Villalobos EM. La crisis de la jubilación como una oportunidad educativa La crisis de la jubilación como oportunidad educativa. *Educación y Educadores*. 2008. [Consultado 19 de noviembre de 2020]11 (2). Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S012312942008000200011&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012312942008000200011&lng=en&tlng=es).
  37. García F. El cuestionario: recomendación es metodológicas para el diseño de cuestionarios. México: Editorial Limusa; 2008
  38. Aguado. Baja autoestima en los trabajadores del sistema FINCA. Guatemala. [Tesis] Guatemala: Universidad Rafael Landívar. 2010.
  39. Justiniano MG. Etapa previa a la jubilación y desempeño laboral en las entidades pública de Tingo María [Tesis]. Tingo María: Universidad Nacional Agraria de la Selva; 2016[Consultado 15 de febrero de 2020]. Disponible en: <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/276123>

# **ANEXOS**



		las cosas por mí, saldrán mejor					
	4	Cambio mis decisiones con facilidad cuando escucho la opinión de los demás.					
	5	Me es difícil expresar mis sentimientos.					
	6	Dejo que otros tomen las decisiones por mí.					
	7	Creo que soy útil para las otras personas.					
	8	Me considero una persona interesante.					
	<b>AUTOACEPTACIÓN</b>	9	Estoy orgulloso de ser quien soy.				
		10	Me divierte reírme de mis errores.				
11		Digo lo que pienso sin temor a lo que me digan.					
12		Me gusta ser el centro de atención.					
13		Me gustaría poder cambiar mi aspecto físico.					
14		Creo que mi comportamiento es inadecuado.					
15		Siento que tengo mucho de que estar orgulloso.					
16		Me alegra ser como soy.					

<b>AUTOEVALUACIÓN</b>	17	Me interesa averiguar lo que piensan los demás de mí.				
	18	Soy capaz de hacer las cosas como la mayoría de gente.				
	19	Me desanimo con facilidad.				
	20	Me afectan mucho los comentarios negativos que hacen sobre mí.				
	21	Me exijo demasiado en cada tarea que realizo				
	22	En general, me inclino a pensar que estoy haciendo las cosas mal.				
	23	Cuando me hacen una crítica le presto más atención a lo negativo que a lo positivo.				
	24	Constantemente verifico si estoy realizando bien la tarea que haga.				
<b>AUTOCONCEPTO</b>	25	Soy una persona hábil en lo que realizo.				
	26	Siento que los demás creen que no me salen las cosas bien.				
	27	Las demás personas me consideran alguien interesante.				

	28	Hago que la gente se sienta a gusto.				
	29	Me gusta enfrentar nuevos retos.				
	30	Cuando las cosas salen mal me echo la culpa.				
	31	Siento que los demás se ríen de mí.				
	32	Tiendo a caerles bien a las demás personas.				
<b>AUTOCONOCIMIENTO</b>	33	Sé bien cuáles son mis habilidades personales principales.				
	34	Tengo mis valores definidos y los aplico en cada aspecto de mi vida.				
	35	Tengo metas claras y se el esfuerzo que me tomará el poder lograrlas.				
	36	Para generar una opinión necesito escuchar antes la opinión de los demás.				
	37	Propongo soluciones originales a los problemas que se me presentan.				
	38	Tengo miedo de expresar mis sentimientos abiertamente.				

	39	Cuando tengo un problema me gusta utilizar soluciones nuevas.				
	40	Expreso mi opinión a pesar de no conocer el tema de conversación.				

*Muchas gracias por su colaboración.*

## Anexo 2

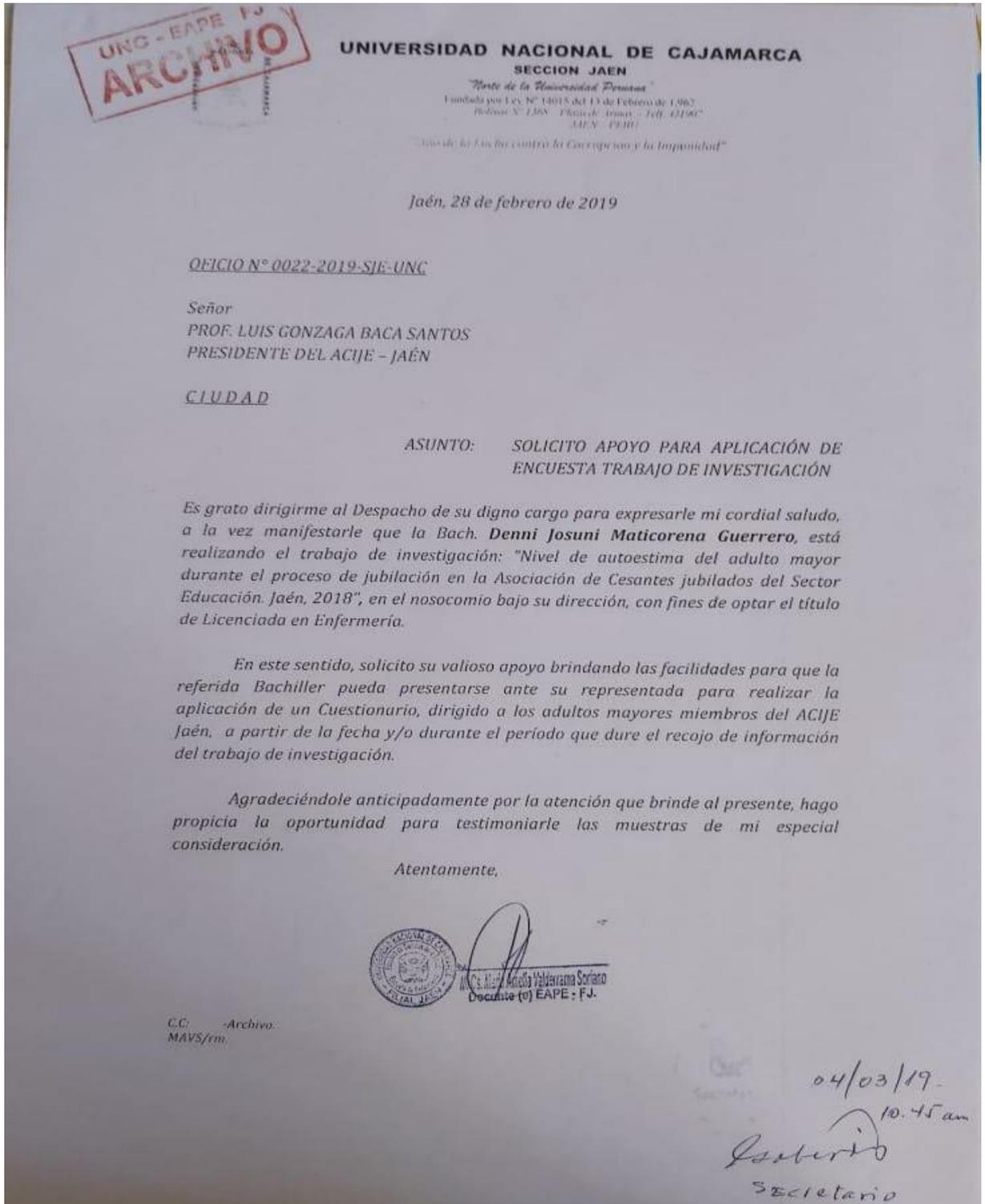
### ANÁLISIS DE FIABILIDAD

#### NIVEL DE AUTOESTIMA DEL ADULTO MAYOR DURANTE EL PROCESO DE JUBILACIÓN

Estadística de prueba	Valor	Nº de elementos
Alfa de Cronbach	0,836*	30

Anexo 3

DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN



## Anexo 4

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,.....de.....años de edad, identificado con DNI N°....., acepto participar en la investigación de la tesis: Nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados Sector Educación de Jaén, realizado por Bach. DenniJosuni Maticorena Guerrero, con el objeto de contribuir con el trabajo de investigación propuesto.en señal de constancia firmo.

\_\_\_\_\_

PARTICIPANTE

\_\_\_\_\_

INVESTIGADORA

## Anexo 5

### DATOS ESTADÍSTICOS COMPLEMENTARIOS

#### CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

Tabla 7. Edad de los adultos mayores. Asociación de cesantes jubilados del sector educación, Jaén, 2020

Nº	Mín.	Máx.	Media ± D.S.
30	63	75	71,3 ± 5,6

Tabla 8. Características sociodemográficas de los adultos mayores. Asociación de cesantes jubilados del sector educación, Jaén, 2018

Características sociodemográficas	N	%
<b>Sexo</b>		
Masculino	22	73,3
Femenino	8	26,7
<b>Grado de instrucción</b>		
Secundaria	1	3,3
Superior	29	96,7
<b>Estado civil</b>		
Casado	21	70,0
Viudo	6	20,0
Divorciado	3	10,0
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100,0</b>

## RESULTADOS POR DIMENSIONES

Cuadro1. Dimensión autorespeto de la autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Dimensión autorespeto	Nunca		En ocasiones		Casi siempre		Siempre		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Hago las cosas que quiero hacer	2	6,7	4	13,3	10	33,3	14	46,7	30	100
Manifiesto respeto por mí mismo.	1	3,3	-	-	8	26,7	21	70,0	30	100
Siento que si dejo que hagan las cosas por mí, saldrán mejor	7	23,3	16	53,3	4	13,3	3	10,0	30	100
Cambio mis decisiones con facilidad cuando escucho la opinión de los demás	5	16,7	18	60,0	6	20,0	1	3,3	30	100
Me es difícil expresar mis sentimientos.	5	16,7	15	50,0	1	3,3	9	30,0	30	100
Dejo que otros tomen las decisiones por mí	20	66,7	7	23,3	2	6,7	1	3,3	30	100
Creo que soy útil para las otras personas.	1	3,3	3	10,0	13	43,3	13	43,3	30	100
Me considero una persona interesante	3	10,0	6	20,0	9	30,0	12	40,0	30	100

Cuadro2. Dimensión autoaceptación de la autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Dimensión autoaceptación	Nunca		En ocasiones		Casi siempre		Siempre		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Estoy orgulloso de ser quien soy.	-	-	4	13,3	6	20,0	20	66,7	30	100
Me divierte reírme de mis errores.	10	33,3	13	43,3	5	16,7	2	6,7	30	100
Digo lo que pienso sin temor a lo que me digan.	2	6,7	5	16,7	13	43,3	10	33,3	30	100
Me gusta ser el centro de atención.	9	30,0	15	50,0	6	20,0	-	-	30	100
Me gustaría poder cambiar mi aspecto físico.	14	46,7	5	16,7	4	13,3	7	23,3	30	100
Creo que mi comportamiento es inadecuado.	7	23,3	12	40,0	8	26,7	3	10,0	30	100
Siento que tengo mucho de que estar orgulloso.	3	10,0	4	13,3	11	36,7	12	40,0	30	100
Me alegra ser como soy.	1	3,3	4	13,3	7	23,3	18	60,0	30	100

Cuadro3. Dimensión autoevaluación de la autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Dimensión autoevaluación	Nunca		En ocasiones		Casi siempre		Siempre		Total	
	N	%	N	%	%	%	N	%	%	%
Me interesa averiguar lo que piensan los demás de mí.	11	36,7	13	43,3	2	6,7	4	13,3	30	100
Soy capaz de hacer las cosas como la mayoría de gente.	7	23,3	9	30,0	10	33,3	4	13,3	30	100
Me desanimo con facilidad.	7	23,3	16	53,3	7	23,3	-	-	30	100
Me afectan mucho los comentarios negativos que hacen sobre mí.	8	26,7	12	40,0	6	20,0	4	13,3	30	100
Me exijo demasiado en cada tarea que realizo	3	10,0	6	20,0	11	36,7	10	33,3	30	100
En general, me inclino a pensar que estoy haciendo las cosas mal.	5	16,7	18	60,0	5	16,7	2	6,7	30	100
Cuando me hacen una crítica le presto más atención a lo negativo que a lo positivo.	7	23,3	9	30,0	10	33,3	4	13,3	30	100
Constantemente verifico si estoy realizando bien la tarea que haga.	2	6,7	8	26,7	11	36,7	9	30,0	30	100

Cuadro 4. Dimensión autoconcepto de la autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Dimensión autoconcepto	Nunca		En ocasiones		Casi siempre		Siempre		Total	
	N	%	N	%	%	%	N	%	%	%
Soy una persona hábil en lo que realizo.	1	3,3	3	10,0	17	56,7	9	30,0	30	100
Siento que los demás creen que no me salen las cosas bien.	3	10,0	18	60,0	7	23,3	2	6,7	30	100
Las demás personas me consideran alguien interesante.	1	3,3	12	40,0	11	36,7	6	20,0	30	100
Hago que la gente se sienta a gusto.	2	6,7	5	16,7	10	33,3	13	43,3	30	100
Me gusta enfrentar nuevos retos.	3	10,0	7	23,3	8	26,7	12	40,0	30	100
Cuando las cosas salen mal me echo la culpa.	10	33,3	13	43,3	5	16,7	2	6,7	30	100
Siento que los demás se ríen de mí.	9	30,0	15	50,0	3	10,0	3	10,0	30	100
Tiendo a caerles bien a las demás personas.	3	10,0	7	23,3	12	40,0	8	26,7	30	100

Cuadro 5. Dimensión autoconocimiento de la autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación. Asociación de Cesantes Jubilados del Sector Educación - Jaén, 2018

Dimensión autoconocimiento	Nunca		En ocasiones		Casi siempre		Siempre		Siempre	
	N	%	N	%	N	%	N	%	%	N
Sé bien cuáles son mis cualidades personales principales.	1	3,3	1	3,3	9	30,0	19	63,3	30	100
Tengo mis valores definidos y los aplico en cada aspecto de mi vida.	1	3,3	3	10,0	7	23,3	19	63,3	30	100
Tengo metas claras y se el esfuerzo que me tomará el poder lograrlas.	1	3,3	-	-	11	36,7	18	60,0	30	100
Para generar una opinión necesito escuchar antes la de los demás.	-	-	10	33,3	8	26,7	12	40,0	30	100
Propongo soluciones originales a los problemas que se me presentan.	1	3,3	7	23,3	9	30,0	13	43,3	30	100
Tengo miedo de expresar mis sentimientos abiertamente.	10	33,3	12	40,0	7	23,3	1	3,3	30	100
Cuando tengo un problema me gusta utilizar soluciones nuevas.	2	6,7	8	26,7	10	33,3	10	33,3	30	100
Expreso mi opinión a pesar de no conocer el tema de conversación.	17	56,7	8	26,7	3	10,0	2	6,7	30	100

## Anexo 6

### REPOSITORIO INSTITUCIONAL

#### FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

##### 1. Datos del autor:

Nombre y Apellidos: DenniJosuni Maticorena Guerrero

DNI: 46164423

Correo Electrónico: djmaticorena12@unc.edu.pe

Teléfono: 912835215

##### 2. Grado, título o especialidad:

Bachiller       Doctor   
Título  Magister

##### 3. Tipo de investigación<sup>1</sup>:

Tesis

Asesor: Elena Vega Torres

DNI: 27664885

Año: 2022

ORCID:0000-0002-0561-6643

**Escuela Académica/Unidad:** Escuela Académico Profesional de Enfermería Filial Jaén

##### **Tipo de Investigación**

**Tesis:** Para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería.

##### 4. Licencias:

###### a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos autorizo el depósito de mi trabajo de investigación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Con la autorización de depósito de mi trabajo de investigación, otorgo a la Universidad Nacional de Cajamarca una Licencia no exclusiva para reproducir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi trabajo de investigación, en forma físico o digital en cualquier medio, conocido por conocer, a través de los diversos servicios provistos de la

universidad, creadas o por crearse, tales como el Repositorio Digital de la UNC, colección de tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, libre de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Nacional de Cajamarca podrá reproducir mi trabajo de investigación en cualquier tipo de soporte en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósito de seguridad y respaldo y preservación.

Declaro que el trabajo de investigación es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad comparativa, y me encuentro facultando a conceder la presente licencia y, así mismo, garantizó que dicho trabajo de investigación no infringe derechos de autor de terceras personas. La Universidad Nacional de Cajamarca consignará en nombre de autor del trabajo de investigación, y no lo hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.

Autorizo el depósito

Si, autorizo que se deposite inmediatamente.

Si, autorizo, que se deposite a partir de la fecha.

No autorizo.

#### **b) Licencias Creative Commons<sup>2</sup>**

Si autorizo el uso comercial y las obras derivadas de mi trabajo de investigación

No autorizo el uso comercial y tampoco las obras derivadas de mi trabajo de investigación.



16/04/ 2021

Firma

Fecha

**Acta de sustentación de tesis virtual, basado en el Reglamento de sustentación de tesis virtuales Resolución 944-2020 artículo 8**

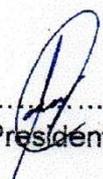
Siendo las 9.00 am del día 24 de marzo del año 2021 se procedió a iniciar la sustentación virtual de la tesis titulada NIVEL DE AUTOESTIMA DEL ADULTO MAYOR DURANTE EL PROCESO DE JUBILACIÓN. ASOCIACIÓN DE CESANTES JUBILADOS DEL SECTOR EDUCACIÓN – JAÉN, 2018 presentada por el(la) Bachiller en: Enfermería Denni Josuni Maticorena Guerrero

El Jurado Evaluador está integrado por:

Presidente **M.Cs. Insolina Raquel Díaz Rivadeneira**  
Secretario **Lic. Enf. Milagro de Jesús Portal Castañeda**  
Vocal **Lic. Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro**  
Asesor **Dra. Elena Vega Torres**

Terminado el tiempo de sustentación estipulado en el Reglamento. El(la) tesista ha obtenido el siguiente calificativo: letras **DIECIOCHO** y en números **(18)**

Siendo las 11.20 am del día 24 del mes de marzo del año 2021 se dio por concluido el proceso de Sustentación Virtual de Tesis.

  
.....  
Presidente

M.Cs. Insolina Raquel Díaz Rivadeneira

  
.....  
Secretario

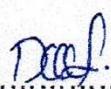
Lic. Enf. Milagro de Jesús Portal Castañeda

  
.....  
Vocal

Lic. Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro

  
.....  
Asesor

Dra. Elena Vega Torres

  
.....  
Tesista

Denni Josuni Maticorena Guerrero

**“Año del bicentenario del Perú: 200 años de independencia”**

## **CONSTANCIA**

El que suscribe bibliotecario y encargado del repositorio de la Biblioteca Especializada de Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca:

## **HACE CONSTAR**

Que la tesis de la licenciada en Enfermería. Maticorena Guerrero, DenniJosuni.

Con título: Nivel de autoestima del adulto mayor durante el proceso de jubilación.

Asociación de cesantes jubilados del sector educación-Jaén, 2018

<http://repositorio.unc.edu.pe/handle/UNC/4250>

Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente

Cajamarca, 02 de Julio del 2021

Encargado del Repositorio

Antonio Ysidoro Gallardo Ch