

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



T E S I S

**Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los
estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa**

Emblemática “Daniel Alcides Carrión”, Chaupimarca, Pasco - 2024

Para optar el título profesional de:

Licenciado en Educación

Con Mención: Ciencias Sociales, Filosofía y Psicología Educativa

Autor:

Bach. Gerson Daniel SOLANO BENITO

Asesor:

Dr. Luis Javier DE LA CRUZ PATIÑO

Cerro de Pasco – Perú – 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



T E S I S

**Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los
estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa**

Emblemática “Daniel Alcides Carrión”, Chaupimarca, Pasco - 2024

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dr. Lucy Betty RICALDI CANCHIHUAMAN

PRESIDENTE

Dr. Nora Esmila HINOSTROZA CAMPOS

MIEMBRO

Dr. Jacinto Alejandro ALEJOS LOPEZ

MIEMBRO



Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Facultad de Ciencias de la Educación
Unidad de Investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD N° 202 – 2025

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

Gerson Daniel SOLANO BENITO

Escuela de Formación Profesional:

Educación Secundaria

Tipo de trabajo:

Tesis

Título del trabajo:

Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión”, Chaupimarca, Pasco – 2024

Asesor:

Luis Javier DE LA CRUZ PATIÑO

Índice de Similitud:

14%

Calificativo:

Aprobado

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software Turnitin Similarity

Cerro de Pasco, 10 de noviembre del 2025.



Firmado digitalmente por VALENTIN
MELGAREJO Tiroño Páez FAJ
20154622046 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 10.11.2025 10:34:34 -05:00

DEDICATORIA

A mis padres, lo más valioso que tengo en este mundo. Por su amor incondicional, confianza y compañía constante en el desarrollo de mi éxito profesional; por ser guías de todo lo que hoy soy. Este trabajo está dedicado a ellos por su gran amor.

AGRADECIMIENTO

Alzando la mirada hacia mi alma máter, la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, siento una profunda gratitud por haberme brindado los espacios y las enseñanzas que hicieron posible este viaje. Cada pasillo recorrido y cada libro consultado se convirtieron en escalones hacia este logro, y estoy infinitamente agradecida por la oportunidad de formarme aquí.

A mis docentes, gracias por sus palabras a veces duras, siempre alentadoras que me impulsaron a cuestionar mis ideas y a buscar la excelencia. Recuerdo con cariño las conversaciones al terminar las clases, cuando sus consejos marcaron el rumbo de mi investigación y me recordaron que el verdadero aprendizaje nace del diálogo.

Un reconocimiento muy especial para mi asesor, cuyo apoyo incondicional y guía paciente transformaron mis dudas en certezas. Su mirada crítica estuvo acompañada siempre de esa confianza en mis capacidades: sin su aliento constante, muchas de las páginas de esta tesis habrían quedado en blanco.

También quiero agradecer al equipo directivo y docente de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” de Chaupimarca, que me abrió sus puertas con generosidad. Su disposición para coordinar las sesiones y su calidez al recibir cada actividad de arteterapia fueron fundamentales para que las adolescentes se sintieran seguras y libres para expresarse.

Por último, mi gratitud más sincera va para las valientes estudiantes que compartieron conmigo sus obras, sus historias y sus emociones. Cada trazo, cada risa y hasta cada lágrima derramada en esas sesiones enriqueció este trabajo; ustedes no solo fueron participantes, sino maestras que me enseñaron el poder sanador del arte y me recordaron que, detrás de cada dato, hay una vida que merece ser escuchada y valorada.

RESUMEN

En la tesis “Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar la autoestima de las estudiantes del 5° grado de Educación Secundaria de la I. E. Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024” se buscó determinar la influencia de un programa de arteterapia sobre la autoestima global de 32 adolescentes distribuidas en un diseño cuasiexperimental con grupo experimental (16 alumnas de 5° D) y grupo control (16 alumnas de 5° E). Tras diez sesiones semanales, el 44 % de las participantes del grupo experimental pasó a manifestar autoestima alta (“totalmente de acuerdo”) y un 32 % mostró autoestima mejorada (“de acuerdo”), eliminándose por completo las respuestas negativas, mientras que el grupo control mantuvo variaciones menores al 10 % en las mismas categorías. Estos datos, respaldados por pruebas estadísticas con $p < 0,05$, evidenciaron que la combinación de expresión artística guiada y reflexión emocional incrementó significativamente la autopercepción de valor personal. Se concluyó que el programa de arteterapia fue eficaz para fortalecer la autoestima de estas adolescentes y se recomienda su adopción continua en contextos escolares similares.

Palabras clave: Arteterapia, Autoestima, Intervención educativa.

ABSTRACT

In the thesis "Art Therapy Intervention Program to Improve the Self-Esteem of 5th Grade Secondary Education Students at the I. E. Emblematical Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024" we sought to determine the influence of an art therapy program on the global self-esteem of 32 adolescents distributed in a quasi-experimental design with an experimental group (16 5th grade D students) and a control group (16 5th grade E students). After ten weekly sessions, 44% of the participants in the experimental group began to show high self-esteem ("totally agree") and 32% showed improved self-esteem ("agree"), completely eliminating negative responses, while the control group-maintained variations of less than 10% in the same categories. These data, supported by statistical tests with $p < 0.05$, showed that the combination of guided artistic expression and emotional reflection significantly increased the self-perception of personal value. It was concluded that the art therapy program was effective in strengthening these adolescents' self-esteem, and its continued use in similar school settings is recommended.

Keywords: Art therapy, Self-esteem, Educational intervention.

INTRODUCCIÓN

En la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Chaupimarca, Pasco, se identificó que un número significativo de estudiantes de quinto grado de secundaria presentaba bajas valoraciones de sí mismas, afectando no solo su desempeño académico, sino también sus relaciones interpersonales y su equilibrio emocional. Ante este escenario, surge la necesidad de explorar herramientas innovadoras que favorezcan la construcción de la autoestima, y la arteterapia con su combinación de expresión creativa y reflexión personal se perfiló como una alternativa prometedora.

En el Capítulo I se plantea el problema de investigación, comenzando por describir la realidad de estas adolescentes y las consecuencias de su baja autopercepción. A continuación, se delimita el alcance del estudio, se formula la pregunta central y los objetivos general y específicos, y se justifica la aportación que significa implementar un programa de arteterapia en el contexto escolar. Asimismo, se señalan las principales limitaciones que acotaron el trabajo.

El Capítulo II construye el marco teórico sobre el que se sustenta la propuesta: primero se revisan antecedentes de intervenciones arteterapéuticas en poblaciones educativas, luego se desarrollan las bases científicas de la arteterapia y de la autoestima (en sus dimensiones académica, social y emocional), y finalmente se definen las variables, la hipótesis general y las específicas, así como su operacionalización.

El Capítulo III detalla la metodología empleada: explica el enfoque cuasiexperimental con grupos de control y de experimentación, describe la muestra de 32 estudiantes (16 en quinto D y 16 en quinto E), expone las técnicas e instrumentos de recolección y analiza la validez, confiabilidad y el tratamiento estadístico aplicado para comparar las mediciones de pretest y posttest.

En el Capítulo IV se presenta el trabajo de campo, se muestran y analizan los resultados centrándose en los cambios en la autoestima global y en sus tres dimensiones, se realiza la prueba de hipótesis y se contrasta la evidencia empírica con el sustento teórico. A partir de ello, se discuten los hallazgos y se extraen conclusiones y recomendaciones orientadas a consolidar la arteterapia como una intervención sostenible en entornos escolares similares.

ÍNDICE

Página.

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE GRÁFICOS

ÍNDICE DE FIGURAS

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.	Identificación y determinación del problema	1
1.2.	Delimitación de la investigación.....	3
1.3.	Formulación del problema	4
1.3.1.	Problema general	4
1.3.2.	Problemas específicos	4
1.4.	Formulación de objetivos.....	5
1.4.1.	Objetivo general.....	5
1.4.2.	Objetivos específicos	5
1.5.	Justificación de la investigación	5
1.6.	Limitaciones de la investigación.....	8

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.	Antecedentes de estudio.....	9
2.2.	Bases teóricas – científicas	23
2.3.	Definición de términos básicos	37
2.4.	Formulación de hipótesis	40
2.4.1.	Hipótesis general.....	40
2.4.2.	Hipótesis específica	40
2.5.	Identificación de variables	40
2.6.	Definición operacional de variables e indicadores	41

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1.	Tipo de investigación	42
3.2.	Nivel de investigación.....	42
3.3.	Métodos de investigación	43
3.4.	Diseño de investigación	44
3.5.	Población y muestra.....	45
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	45
3.7.	Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación	48
3.8.	Técnicas de procesamiento y análisis de datos	49
3.9.	Tratamiento estadístico	50
3.10.	Orientación ética filosófica y epistémica	51

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1.	Descripción del trabajo de campo.....	52
------	---------------------------------------	----

4.2.	Presentación, análisis e interpretación de resultados	54
4.3.	Prueba de Hipótesis.....	74
4.4.	Discusión de resultados.....	90

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS:

ÍNDICE DE TABLAS

	Página.
Tabla 1. Estadístico de fiabilidad variable 1 pre test	48
Tabla 2. Tabla de datos Pre test Grupo de control	54
Tabla 3. Pre test Grupo de control Variable Autoestima	54
Tabla 4. Pre test Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	56
Tabla 5. Pre test Grupo de Control Dimensión 2 Autoestima social	57
Tabla 6 Pre test Grupo de control Dimensión 3 Autoestima emocional	58
Tabla 7. Tabla de datos Postest Grupo de control	59
Tabla 8. Postest Grupo de Control Variable Autoestima.....	59
Tabla 9. Postest Grupo de Control Dimensión 1 Autoestima académica	61
Tabla 10. Postest Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	62
Tabla 11. Postest Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional	63
Tabla 12. Tabla de datos Pre test Grupo experimental.....	64
Tabla 13. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima	64
Tabla 14. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1 Autoestima académica.....	66
Tabla 15. Pre test Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	67
Tabla 16. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3 Autoestima emocional.....	68
Tabla 17. Tabla de datos Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada).....	69
Tabla 18. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima	70
Tabla 19. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1 Autoestima académica.....	71
Tabla 20. Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social.....	72

Tabla 21. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3 Autoestima emocional.....	73
Tabla 22. Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk y Tamaño del efecto (Cohen's d) en las comparaciones pre y post.....	74
Tabla 23. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo de control).....	76
Tabla 24. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo de control).....	76
Tabla 25. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control).....	78
Tabla 26. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control).....	78
Tabla 27. Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control).....	79
Tabla 28. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control)	80
Tabla 29. Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control).....	81
Tabla 30. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control)	81
Tabla 31. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental)...	83
Tabla 32. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental).....	83
Tabla 33. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de experimental)	85

Tabla 34. Prueba t para muestras relacionadas pre test y posttest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo experimental).....	85
Tabla 35. Comparación pre test y posttest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de experimental)	87
Tabla 36. Prueba t para muestras relacionadas pre test y posttest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo experimental)	87
Tabla 37. Comparación pre test y posttest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de experimental)	88
Tabla 38. Prueba t para muestras relacionadas pre test y posttest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo experimental)	89

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Página.
Gráfico 1. Pre test Grupo de control Variable Autoestima.....	55
Gráfico 2. Pre test Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	56
Gráfico 3. Pre test Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	57
Gráfico 4. Pre test Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional	58
Gráfico 5. Postest Grupo de Control Variable Autoestima	60
Gráfico 6. Postest Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	61
Gráfico 7. Postest Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social.....	62
Gráfico 8. Postest Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional	63
Gráfico 9. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima	65
Gráfico 10. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1 Autoestima académica.....	66
Gráfico 11. Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	67
Gráfico 12. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3 Autoestima emocional.....	68
Gráfico 13. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima.....	70
Gráfico 14. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1 Autoestima académica.....	71
Gráfico 15. Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	72
Gráfico 16. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3 Autoestima emocional.....	73
Gráfico 17. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima Grupo de control	76
Gráfico 18. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control)	78

Gráfico 19. Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control).....	80
Gráfico 20. Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control)	82
Gráfico 21. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental).	83
Gráfico 22. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de experimental).....	86
Gráfico 23. Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de experimental)	87
Gráfico 24. Gráfico 24. Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo experimental)	89

ÍNDICE DE FIGURAS

	Página.
Figura 1. Campana de Gauss, Comparación pre test y postest de la variable Autoestima Grupo de control	77
Figura 2. Campana de Gauss, Comparación pre test y postest de la variable Autoestima Grupo experimental.....	84

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Identificación y determinación del problema

Durante mis prácticas preprofesionales desarrolladas el año 2023, en la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” – Chaupimarca, Pasco. Tuve la oportunidad de interactuar con los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria. Sin embargo, al enfocarse en los salones de 5to grado “D” y “E”, logre identificar una problemática especialmente en el aula “D”: un grupo de estudiantes presentaba comportamientos asociados a una autoestima frágil, manifestados en resistencia a participar, desinterés en actividades creativas, temor al juicio externo y autolesiones.

En las primeras sesiones con el salón “D”, la dinámica era desafiante. Algunas estudiantes se negaban abiertamente a colaborar, como Lucía (seudónimo), quien, con los brazos cruzados, cuestionaba: “¿Para qué hacer esto si nadie valora lo que hacemos?”. Otras cumplían las actividades de manera mecánica, como Rosa (seudónimo), quien trazaba líneas repetitivas en su cuaderno mientras murmuraba: “Solo termino rápido para irme”. Un patrón llamativo fue el uso recurrente del calcado de imágenes: al preguntarle a una estudiante por su preferencia por esta técnica,

respondió: “Así no me equivoco. Si dibujo algo mío, seguro queda feo”. Estas actitudes contrastaban con el salón “E”, donde las estudiantes, aunque enfrentaban desafíos similares, mostraban mayor disposición a asumir riesgos creativos y colaborar en equipo.

Según Tacca y otros (2020), conductas como el cumplimiento mecánico o el calcado reflejan un mecanismo de defensa ante el miedo al fracaso, vinculado a una autopercepción negativa. Este hallazgo teórico cobraba sentido en el aula: aquellas estudiantes que evitaban expresarse libremente tendían a subestimar sus capacidades, limitando su desarrollo académico y social. Frente a esto, la pregunta de investigación que guio el estudio fue: ¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?

El diseño de investigación permitió comparar ambos grupos en condiciones reales: el salón “D” recibió la intervención de arteterapia, mientras que el “E” mantuvo su rutina académica habitual. La elección de la arteterapia se fundamentó en observaciones preliminares. Por ejemplo, durante una sesión piloto de “diarios visuales”, Valeria (seudónimo), quien solía calcar imágenes, dibujó un pájaro con alas desiguales y escribió: “Quizás no vuele bien, pero al menos lo intenta”. Este pequeño avance, simbólico pero revelador, sugería que el arte podía ser un canal para reconstruir la confianza en sí mismas.

Autores como López (2004) respaldan este enfoque: la creación artística no juzgada permite externalizar emociones sin depender de la verbalización, lo que resulta clave en contextos donde la autoexigencia bloquea la expresión. Este estudio no solo buscó medir cambios cuantitativos en la autoestima, sino también documentar la

transición de las estudiantes desde el “hacer por cumplir” hacia el “crear para descubrirse”. La arteterapia se planteó, así, no como una solución definitiva, sino como un puente para transformar el miedo en curiosidad y la resistencia en exploración.

1.2. Delimitación de la investigación

Delimitación temporal

La investigación se desarrolló entre julio y diciembre de 2024. Durante ese lapso, se diseñaron y aplicaron las actividades de arteterapia, y se realizaron las mediciones pre y post. El calendario académico permitió ajustar las sesiones al ritmo escolar.

Delimitación espacial

El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” de Chaupimarca, Pasco. Allí se implementó el programa de intervención, aprovechando los espacios de arte y aula múltiple para las dinámicas. El entorno escolar facilitó la participación de los estudiantes.

Delimitación temática

La delimitación temática abarcó, dos variables principales que guiaron el estudio; en primer lugar, la arteterapia fue concebida como el conjunto de actividades plásticas y expresivas, por ejemplo: la pintura, el dibujo, el collage, etc. Diseñadas para facilitar el autoconocimiento y la regulación emocional de los estudiantes (Malchiodi, 2017), y en segundo lugar, la autoestima se definió como la actitud de aprecio y valoración hacia uno mismo, entendida como un constructo multidimensional que integra la autonomía académica, la Autoestima social y la Autoestima emocional (Rosenberg, 1965), de modo que el programa de intervención buscó incidir en estas dimensiones a través de procesos creativos y reflexivos que fomentaron el

reconocimiento de fortalezas personales, la confianza en la capacidad de aprendizaje y la adaptación ante la adversidad.

Delimitación poblacional

La población total fue de 178 estudiantes de quinto grado de secundaria. De ese total, fueron seleccionaron dos grupos secciones: 16 estudiantes del 5to “D” integraron el grupo experimental y otros 16 estudiantes del 5to “E” el grupo de control. En ambos grupos se aplicó el instrumento de investigación, pero solo el grupo experimental participó en las sesiones de arteterapia.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?

1.3.2. Problemas específicos

1. ¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?
2. ¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?
3. ¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación

secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024

1.4.2. Objetivos específicos

1. Evaluar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.
2. Comprobar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.
3. Analizar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.

1.5. Justificación de la investigación

Durante las prácticas preprofesionales llevadas a cabo en la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión de Chaupimarca, se pudo notar que un grupo importante de estudiantes del quinto año de secundaria venía presentando conductas asociadas a una baja autoestima. Este tipo de actitudes no se quedaban solo

en el aula se veían también en la forma cómo se relacionaban con sus compañeros y se expresaban a través del desinterés por las actividades escolares, el rechazo a participar en dinámicas grupales, el miedo constante a ser juzgados por los demás y una crítica muy dura hacia sus propios logros. No se trata, como a veces se piensa, de simples problemas de comportamiento. Son señales claras de necesidades emocionales y sociales que no están siendo atendidas, y que terminan afectando tanto su rendimiento académico como sus vínculos dentro de la escuela.

Frente a este escenario, la arteterapia surge como una alternativa que no solo es innovadora, sino también necesaria. Se trata de una estrategia educativa que combina la creación artística con procesos de reflexión personal. Autores como Moon (2016) o Malchiodi (2017) destacan que el arte permite exteriorizar aquello que muchas veces cuesta decir con palabras especialmente en etapas como la adolescencia donde hay mucho que se siente y poco que se puede explicar. Es en ese espacio de creación y expresión donde los adolescentes pueden reconocerse, explorar lo que sienten, y encontrar formas más sanas de convivir con su mundo interno y con los demás.

Este estudio encuentra su sentido en tres niveles:

Justificación personal: Esta propuesta nace desde la experiencia misma de haber estado en contacto con estudiantes que, ante la falta de espacios seguros o de escucha, reaccionaban con rebeldía, con silencio o simplemente desconectándose del entorno escolar. Diseñar un programa de arteterapia responde a la necesidad de ofrecer herramientas que les permitan expresarse, reconocerse y empezar a valorarse a sí mismos. No es solo una intervención técnica sino también una respuesta ética desde el rol que uno asume como futuro profesional.

Justificación social: No es novedad decir que la adolescencia es una etapa clave de quiebre y también de construcción en la vida de cualquier persona. Una autoestima

debilitada en esta etapa puede derivar en problemas mucho más serios: bajo rendimiento escolar, abandono de estudios, violencia entre pares o incluso autolesiones. En ese sentido, esta investigación busca aportar al diseño de propuestas preventivas que apunten a fortalecer la salud emocional dentro del espacio escolar y que permitan una mejor convivencia entre los estudiantes, promoviendo un desarrollo más integral.

Justificación académica y científica: Desde el ámbito académico, este estudio representa un aporte concreto al explorar los efectos de la arteterapia en un contexto escolar de la región Pasco donde, hasta ahora, este tipo de intervenciones han sido bastante escasas. Además, se operacionaliza la autoestima en tres dimensiones claras: académica, social y emocional, y se valida un instrumento específico para medirla en estudiantes de secundaria. Este trabajo no solo refuerza la comprensión teórica del vínculo entre arteterapia y autoestima, también ofrece una propuesta metodológica que puede ser adaptada en investigaciones futuras, en distintas realidades del país.

Esto demuestra que, la arteterapia no se queda solo en lo artístico. Es una herramienta pedagógica con impacto real en la vida emocional y académica de los estudiantes. Implementarla en las escuelas permite atender dimensiones que muchas veces se dejan de lado pero que son fundamentales. Aporta a una convivencia más saludable, brinda a docentes y psicólogos escolares recursos distintos, más humanos, y se convierte también en una contribución valiosa al campo científico, al documentar con seriedad y cercanía los efectos de un programa estructurado que busca mejorar el bienestar de los adolescentes. Al final, eso es lo que se quiere: una escuela que no solo enseñe, sino que también acompañe.

1.6. Limitaciones de la investigación

Factores externos no controlables:

Existen variables externas que podrían influir en los resultados de la investigación y que no pueden ser completamente controladas.

Disponibilidad y compromiso de los estudiantes:

La participación activa y la disposición de los estudiantes para involucrarse en las sesiones de terapia de arte podrían variar. La motivación, el nivel de interés y otros compromisos académicos como las metas para rendir el examen de admisión a la universidad podrían afectar la asistencia y la participación plena en el estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

Internacional.

Díaz (2023), en su investigación intitulada “La arteterapia como herramienta inclusiva para mejorar la autoestima en niños con TDAH, dirigido a los docentes de la Unidad Educativa “28 de Abril” de la ciudad de Ibarra, en el período de 2023”. La arteterapia es una forma de utilizar expresiones artísticas, como el dibujo, la pintura, el modelado y la música, para facilitar la comunicación, la autoexpresión y la resolución de conflictos emocionales, mismas que permiten mejorar la autoestima en niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es un trastorno neurobiológico que afecta significativamente el desarrollo de la atención y la regulación del comportamiento en los niños. A menudo, estos niños enfrentan desafíos emocionales y sociales, y su autoestima puede verse afectada negativamente debido a experiencias de fracaso académico y problemas de comportamiento. El objetivo de esta investigación es elaborar una guía de arteterapia como herramienta inclusiva para mejorar la autoestima en niños con TDAH, dirigido a los docentes de la Unidad

Educativa “28 de abril” de la ciudad de Ibarra, en el período 2023. Esta investigación se llevó a cabo con la ayuda de docentes encargados de la materia de Educación Cultural y Artística (ECA), a través de encuestas con preguntas relacionadas al TDAH y la arteterapia, para la interpretación de resultados se elaboró gráficos estadísticos que permitieron conocer con profundidad el conocimiento de los docentes acerca de este tema investigativo. Como conclusión se pudo evidenciar que los docentes tienen poco conocimiento acerca de la aplicación de la arteterapia en niños con TDAH y la efectividad que posee al explorar y descubrir aspectos positivos de sí mismos. Esta investigación tiene como finalidad apoyar a los docentes con una guía, en la que se encuentra actividades para ser aplicadas con los estudiantes que permitirá la mejora de la autoestima en los estudiantes con TDAH.

Trejos (2021), en su investigación intitulada “La Arte Terapia: orientaciones metodológicas como forma de intervención psicosocial.” Concluyendo su investigación con lo siguiente:

Yo investigué por más de un año esta tesis o monografía, organizada de forma clara en cuatro capítulos (4), estudiados cada uno minuciosamente por mí misma, así mismo como también leí sobre muchas fuentes acerca del tema de Arte terapia, y más aún también puedo decir que practico el Arte terapia en mi propia vida, se por mi propia conciencia la importancia y la mejoría que tiene consigo el proceso creativo, como uno crea con las manos (la importancia del cuerpo) y recibe la sanación o mejora mental, reduce el stress, llega hasta esas partes que la terapia verbal no alcanza y si es así como lo mencionan más del 90% de los actores que leí, mencionados en las bibliografías, y normas APA y también videos que investigue, así como también las investigaciones organizadas en este tema y monografía. Por ello siento que conozco el tema y es como así mismo repito con

mis propias palabras, según lo leído y buscado de las fuentes mencionadas, así como también de la orientación del tutor en cuestión, analizo, vuelvo y digo con mis propias palabras escribo pues lo que no tiene fuente es un fragmento escrito con mis propias conclusiones y así mismo concluyo, menciono de nuevo con mis propias palabras, y es que la importancia del Arte terapia en la humanidad es muy grande, aplicada desde tiempos de guerra, como tiempos de ocio así como también en muchos ámbitos culturales, sociales, educativos, y también hasta de cómo ha servido para mejorar presos, personas con problemas motores, problemas psicológicos, problemas de guerras sociales, un sinnúmero de aplicaciones, porque es que este tipo de terapia no tiene un libro con normas, ni reglas, no es un manual de aplicación psicológica, es una terapia de libre expresión, sin opresión, sin jugar el proceso, y menos el resultado de una obra artística, de lo cual me parece grandioso, es tanto así que es capaz de convertir a una sociedad en resiliente sanando sus impresiones mentales negativas en formas de comportamiento positivas de ver el problema que se atraviesa, la situación de vulnerabilidad, la importancia de prevenir siempre en salud mental.

Vi que un ejemplo del Arte terapia es cuando una persona con problemas emocionales, crea un volcán con plastilina, también utilizo cartulina en su forma libre escoge también sus materiales, aunque por la edad también se pueden medir que tipo de material así como también se trabaja con niños, bueno siendo así esta persona adulta “crea a través del proceso creativo un volcán”, y es este pues dice la psicóloga en cuestión que evalúa dicho final de su obra y le pregunta que representa ese volcán y él dice que es él, son sus emociones y ella responde que es ella donde se interviene, él recrea sus emociones como un volcán y que sucede con los volcanes, pues explotan, y es allí donde se debe evitar un comportamiento

explosivo, genial ejemplo con el que dicha investigadora nos expone la importancia de prevenir, de crear y conocer sus emociones del paciente.

Esta terapia estudia como la persona expresa lo que hay en su mente, su emoción, y su comportamiento a través de la pintura, escultura, plastilina diversos materiales. También así es una rama de la psicología que utiliza los materiales de arte para construir la solución a un problema, afectación mental, y pues así mismo muestra como es no es importante como pinta sino lo que pinta.

Dice la Dr. Glenda Nosovsky que se le da una imagen al problema y así se llega a una solución más real y rápida.

Argumento que las personas pueden pintar su enojo, en algo concreto como collage, escritura, pintura, dibujo entre otros muchos materiales de expresión artística. Por eso los beneficios del arte terapia son a diferencia de la terapia verbal se controla que se dice o quedarse callada, aquí es lo que le salga a la persona en expresión sin ser juzgada o corregida es más una orientación verbal que se recibe y así se construye la solución del problema.

Es muy importante tener buena actitud para realizar el proceso creativo, no importa la edad, tampoco importa si tiene problemas psicológicos o no, es más he leído sobre picazo y este genio de la pintura sufría trastorno de atención, y así es el mejor pintor en su siglo y aun en tiempos modernos.

El arte terapia es un vehículo para la interpretación y transformación de la realidad, es un medio utilizado para la expresión, cualquier expresión que tenga la persona, o el sujeto analizado. La belleza de la creación se menciona que no es lo más relevante es lo más insignificante, es más el proceso que se tiene desde que se comienza dicho acto creativo, y como se llega a su final e interpretación.

Esta terapia se puede aplicar, en ámbitos como el educativo; en colegios, universidades, profesorado, también en rehabilitación y prevención en salud mental, terapia ocupacional, clínica médica, introversión comunitaria inclusive o social.

Se busca darle imagen a un problema, se requiere también de una maestría en dicha ciencia, ¿que lo hace ciencia? que lo hace parte de la Psicología yo diría que todo su accionar, pues estudia la emoción, y también el comportamiento de lo cual la psicología estudia en las personas tres dimensiones, cognitiva, comportamental y emocional, la parte cognitiva también la estudia por eso es ciencia porque puede ser estudiada y comprobado por otros investigadores o autores. Trae también a la conciencia el problema que atraviesa la persona y así lo expresa a través del artefacto estético artístico.

El arte terapia pone de manifiesto ciertas cosas como, emociones, sensaciones, comportamientos, y es así como nos beneficia en nuestro crecimiento personal, auto conocimiento, desarrollo humano, a través de herramientas artísticas, terapia puramente expresiva, es poner esa parte imaginativa al servicio de nuestra emoción, o comportamiento, así como también impresión mental.

El método científico usado en esta terapia es combina el arte con la psicología, para el desarrollo y bienestar de las personas es eso, la aplicación de terapia psicológica en el acto creativo desde que la persona lo inicia hasta finalizarlo, sin importar el resultado si es lindo o feo, valiendo más así su expresión y significación, no hay un libro o manual para ello.

Agrego también que es para mí es una experiencia muy gratificante aprender sobre Arte Terapia, ver la forma tan singular como cada autor aporta un granito para poder llegar a cabo esta investigación tan amplia sobre dicho tema;

Esta terapia para mi es una terapia muy efectiva a mi experiencia al realizar el proceso creativo me genera una auto curación muy saludable, la importancia de tener un psicólogo o un terapeuta o profesor orientador en dicha creación es de vital importancia, también opino que para formarse como profesional en Arte Terapia también se debe experiencia sobre esta y realizar también actos artísticos, es la forma más saludable que llegamos a conocer un tema, primero pasando por la experiencia.

Esta exploración deja mucho conocimiento o más bien así un conocimiento más amplio sobre el Arte Terapia, poder fusionar la Psicología y el Arte es un tema muy genial, es una terapia que se puede aplicar en cualquier población y así muestra buenos beneficios lo cual es muy importante, que una psicoterapia pueda resolver distintos temas en personas desde sanas hasta con problemas psicológicos.

Gracias a las intervenciones de Mi tutor de Tesis, John Gregory Benalcázar por estar siempre atento a todas las asesorías.

Preguntas y Respuestas:

¿Cuál es el impacto de la arteterapia en la psicología con enfoque psicosocial?, el arte terapia es psicología más arte, impacta si a la sociedad cuando se trabaja en grupos, ayuda a las personas estando en comunidad e individualmente, en sus problemas sociales como violencia, drogadicción, en situaciones de guerra, presos, personas sanas o enfermas mentalmente.

¿Cuál es su gran aporte? ¿Cómo futura psicóloga que aprendizajes le deja su investigación?, el arte terapia no solo lo veo como estudiante del tema o como psicóloga sino también en mi vida personal, aplica este tipo de terapia en mi vida y me ha ayudado mucho.

¿Cómo usar la arteterapia desde la psicología comunitaria? ¿Cuál es el impacto de su Investigación en el campo de la psicología comunitaria?, Desde siempre el arte ha existido, desde los comienzos de la vida, el hombre ha utilizado el arte como vía de expresión, un hecho cierto es después de la segunda guerra mundial en Europa y en estados unidos es usada el arte terapia en todas las sociedad, en todas las edades, y es así como afrontan y son resilientes todas estas comunidades afectas, como también se ve en el estudio del Director JoHon Gregory y las mujeres de Manpujam son un vivo ejemplo.

Benavidez y Lamprea (2023), en su investigación intitulada “Fortalecimiento de la autoestima por medio de las artes plásticas en los estudiantes del grado de Aceleración de la Institución Rural Adolfo Antonio Mindiola Robles” Esta investigación se elaboró con el propósito de fortalecer la autoestima de los estudiantes del grado de aceleración de la Institución Educativa Antonio Adolfo Mindiola Robles en la zona rural del municipio de Dibulla, la Guajira por medio de las artes plásticas, conociendo el proceso socioemocional y el desarrollo de la autoestima de los estudiantes desde las artes plásticas, permitiéndoles la expresión de los pensamientos, las emociones, las ideas, los conceptos, entre otros, a través de diferentes técnicas como lo son el dibujo, la pintura y la modelación. Este trabajo les aporta de forma directa al autoconocimiento y reconocimiento de sí mismos, la aceptación de su identidad, comprendiendo que su percepción e interpretación de lo que pasa a su alrededor es valioso y único, que interactuar con los demás hace parte de la sana construcción de la sociedad. En el proceso participaron 30 estudiantes cuyas edades se encuentran entre los 12 y los 16 años. Se realizó un estudio de carácter cualitativo cuyos resultados permitieron identificar el nivel emocional que poseen los estudiantes frente a la autoestima y las estrategias que desde las artes plásticas aportan a su desarrollo. Por

otra parte, se realizó el trabajo desde el enfoque de investigación acción, el cual facilitó la identificación de relación entre algunos aspectos sociodemográficos del entorno de los estudiantes en el desarrollo de la autoestima, dando a conocer las observaciones y hallazgos encontrados, los cuales permiten que nuevas investigaciones intervengan la problemática teniendo en cuenta los hallazgos encontrados.

López (2021); en su investigación “Arteterapia: de la terapia clínica al arte como alternativa pedagógica en la educación artística” cuya pregunta de acción es ¿Cómo argumentar el arte terapia para ser articulada en la labor pedagógica desde la educación artística de la básica primaria? Teniendo como objetivo principal Argumentar las posibilidades que ofrece la arteterapia como práctica pertinente para ser utilizada en la escuela durante el ejercicio profesional de la educación artística. Concluyendo su investigación de la siguiente manera:

Con base en que la disciplina del arteterapia posee raíces epistemológicas ligadas a la educación artística como son el potencial del desarrollo cognitivo y que además contribuye en procesos que potencian la capacidad reflexiva, creadora, expresiva y comunicativa del sujeto, se puede considerar que es un instrumento pertinente en la labor pedagógica del docente en educación artística, por cuanto sus cualidades desde lo teórico hasta lo práctico pueden contribuir para alcanzar competencias básicas dentro de esta área como la sensibilidad, la apreciación estética y la comunicación .

El arteterapia fusiona conceptos de ámbitos psiquiátricos, artísticos y de la educación artística, su trayectoria está sustentada en teorías solidas como son la existencia del inconsciente, la evolución, el desarrollo mental y el desarrollo cognitivo, y estructurada mediante el análisis de la capacidad creativa y expresiva que todo ser humano tiene, por consiguiente es una disciplina muy completa desde

el punto de vista epistemológico, pertinente para el educador con vocación social y su aplicabilidad en nuestro medio es posible y necesaria dado que las características de nuestro contexto exige intervenciones que satisfaga necesidades mentales y emocionales, que permitan la comunicación y el desahogo expresivo por medios creativos y libertadores de angustias, sentimientos y traumas reprimidos, y que además generen procesos de aprendizaje que contribuyan a un mejoramiento de las condiciones sociales y de los individuos.

Las cualidades comunicativas, introspectivas, creativas y expresivas del arte pueden ser estimuladas y desarrolladas en todas las personas sin excepción, a través de métodos arteterapéuticos con lo cual se puede plantear que, hasta el más discreto alumno, tiene muchos saberes para compartir y el arteterapia es un recurso para entablar puentes comunicativos no verbales entre el docente, sus alumnos, y el entorno social, propiciando extensas redes de información entre ellos y potenciando el aprendizaje y la reflexión, posibilitando de esta forma que el conocimiento fluya espontáneamente en grupos sociales cada vez más amplios.

El arteterapia representa una oportunidad de humanizar los servicios médicos, psicológicos, educativos y de atención social, puesto que facilita la introspección del individuo y le brinda canales de expresión creativa para liberar emociones y sentimientos, aliviar penas, complejos, traumas, conflictos y demás condiciones, además de propiciar reflexión y aprendizajes, brinda bienestar y calidad de vida, cualidad esta que le hace necesaria en la actualidad para afrontar las diversas problemáticas y conflictos que padece nuestro contexto social, y que permean constantemente el interior de las instituciones educativas, en tal sentido encaminar acciones desde el arte terapia en miras de solucionar problemas de

convivencia y problemáticas en el entorno escolar, muy seguramente contribuirá a aliviar la situación del contexto social.

La historia del arteterapia, evidencia que no es un concepto de moda o algo pasajero, sino al contrario, que se trata de un proceso riguroso y metódico que ha aportado a la ciencia el factor de humanidad que necesitaba para optimizar los procesos de atención a diversas sociedades, por tal razón profundizar en toda la riqueza teórica, experimental, epistemológica y argumentativa que constituye el arteterapia, es una necesidad de nuestro entorno y de nuestra profesión, sin embargo el conocimiento de esta disciplina está rezagado en nuestro país.

Aunque ya exista una asociación de arte terapeutas constituida en nuestro contexto, la oferta académica para profesionales interesados en adelantar su preparación académica en esta línea esta limita a diplomados, cursos, simposios, y talleres, todo esto avalado por el gobierno con el rotulo de educación no formal, las posibilidades de adelantar doctorados y especializaciones es nula en el corto plazo, y los interesados deben buscar alternativas fuera del país, este factor rezaga aún más el desarrollo del arteterapia como profesión en nuestro medio.

Sería oportuno que las instituciones de educación superior iniciaran procesos de abordaje a la arteterapia como asignatura electiva o complemento educativo a los estudiantes del pregrado que despeje el horizonte para proyectar en el futuro una posible secuencia continua de preparación y especialización de profesionales en la arteterapia desde nuestro propio entorno.

Nacional

Olaechea y Toledo (2024), en su investigación intitulada “Efectividad de Programas Basados en el Arte para el Desarrollo de Habilidades Socioemocionales en Niños y Adolescentes: Una Revisión Sistemática” El desarrollo de habilidades

socioemocionales en niños y adolescentes es crucial para su salud mental, aprendizaje y crecimiento integral. Por ello, el presente estudio tiene por objetivo realizar una revisión sistemática para determinar la efectividad de programas de arte para fortalecer las habilidades socioemocionales. Para lo cual, se empleó la guía PRISMA y la escala PEDro para seleccionar y evaluar estudios primarios. Respecto a los resultados en la búsqueda de bases de datos como PubMed, Scopus y Web of Science arrojó 197 estudios, de los cuales tres cumplieron con los criterios de inclusión, enfocándose en intervenciones de arteterapia en Rusia, EEUU y Reino Unido para niños y adolescentes entre los 7 y 17 años. Estas intervenciones, que incluyen técnicas como el dibujo de mandalas, dramatización y psicoterapia de movimiento, demostraron mejoras en autoexpresión, regulación emocional y relaciones interpersonales en periodos de dos semanas a tres meses. Aunque los estudios mostraron limitaciones en el cegamiento, lograron alta comparabilidad y aplicaron análisis de intención a tratar. En conclusión, los programas de arte son efectivos en el desarrollo socioemocional, promoviendo habilidades como autoconciencia, autogestión y conciencia social. Sin embargo, se necesitan investigaciones más robustas para confirmar estos hallazgos y evaluar su sostenibilidad en el tiempo.

Cespedes (2021), en su investigación intitulada “Influencia de la arteterapia en la salud mental de estudiantes niños y adolescentes” En los últimos años se ha buscado mejorar la salud mental de los niños y adolescentes en las escuelas. Se reconoce que la escuela brinda un espacio para que los estudiantes puedan desarrollar habilidades emocionales, sociales, entre otras. En el Perú, se promueve en los colegios las intervenciones psicopedagógicas. Sin embargo; es importante investigar previamente a través de esta revisión sistemática, si la arteterapia trae un impacto positivo en la salud mental de los alumnos. En esta revisión, se analiza ocho investigaciones realizadas en

el entorno escolar utilizando herramientas del arte terapia. Se utiliza el formato PRISMA para asegurar la validez de esta investigación. Se evidencia que la intervención arteterapéutica ayuda al desarrollo emocional, social, psicológico y salud mental de los niños y adolescente

Trelles (2023), En su investigación titulada “Talleres de arte terapia “Arte y emocional Zen” para reducir el estrés académico en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa en Lima” cuyo problema de investigación fue ¿Cómo reducir el estrés académico en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa en Lima? Planteando así el siguiente objetivo “Proponer talleres de arte terapia “Arte y emocional Zen” para reducir el estrés académico en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa en Lima.”. Concluyendo su investigación de la siguiente manera:

Conclusión 1 Con respecto al objetivo principal, el empleo del arte terapia mediante el formato de taller facilita a la institución educativa a no interrumpir sus clases diarias y son espacios en donde los estudiantes interactúan, se conocen un poco más de manera lúdica. Así mismo, es una actividad en donde se desarrollan competencias socio emocionales en los estudiantes, los ayuda a auto conocerse y reflexionar de manera consciente con respecto a su manera de ver la vida, desconectándolos de la carga académica que puedan presentar durante el día a día en el colegio.

Conclusión 2 Con relación al primer objetivo específico, dentro del diagnóstico que se obtuvo en la investigación se pudo observar en las categorías emergentes que hay una carencia del conocimiento de la disciplina del arte terapia entre los docentes y estudiantes de la institución educativa. Por otro lado, hay una necesidad de capacitación por parte de los docentes para motivar a los alumnos. Así mismo, hay una ausencia de

espacios de esparcimiento para controlar el estrés académico. Del mismo modo, hay una dificultad por parte de los docentes para identificar síntomas del estrés académico y finalmente existe una carencia de acciones socio emocionales por parte de los docentes para reducir el estrés académico. Las categorías apriorísticas nos sirven para entender tanto la categoría problema que es el estrés académico, entre ellos están los síntomas, los estresores y las estrategias. Por otro lado, las categorías de la categoría solución, nos dan luces acerca de la disciplina del arte terapia, aquí se entiende un poco más acerca de la creatividad, la herramienta del collage y la escultura como actividades primordiales de esta profesión. Finalmente, las categorías emergentes son necesarias para saber qué actividades realizar antes, durante y después de los talleres de arte terapia “Arte y emocional Zen”.

Conclusión 3 Respondiendo al segundo objetivo específico, el proceso metodológico holístico, el enfoque cualitativo y el marco socio crítico de la investigación nos permite la formulación de una propuesta innovadora y la descripción de hipótesis de los conceptos investigados. Por otro lado, mediante los instrumentos de investigación se pudo saber un poco más acerca de la situación de los docentes y los estudiantes con respecto al arte terapia. Una vez realizada la investigación se crearon los talleres que respondan a las necesidades que tiene la institución educativa. Estos talleres sirven en beneficio del desarrollo integral del estudiante y de la constante capacitación de los docentes.

Conclusión 4 De acuerdo al tercer objetivo específico, para determinar los criterios teóricos y didácticos a tomar en cuenta de la modelación de los talleres de arte terapia, se tuvieron que revisar fuentes de información que confirmen al arte terapia como disciplina necesaria para aliviar el estrés académico. Para esto, los enfoques psicológicos y el concepto de taller se prestan muy bien para buscar el objetivo

principal. Por otro lado, se pudo hallar la importancia de capacitar a los docentes para desarrollar herramientas que beneficien su quehacer diario. De acuerdo a Angulo (2017), la capacitación le brinda al docente las herramientas necesarias para poder guiar de manera positiva el manejo de conflictos de sus estudiantes, acompañándolos en sus procesos individuales. Además, permiten al docente poder identificar los diferentes síntomas y estresores para encontrar estrategias adecuadas para aliviar el estrés académico de los estudiantes. Según Martínez-Otero (2014), mediante la identificación de síntomas y estresores nos facilitan el trabajo para tratar las problemáticas personales.

Conclusión 5 Con respecto al cuarto objetivo específico, se cumplió ya que la propuesta de talleres de arte terapia “Arte y emocional Zen” para aliviar el estrés académico de los estudiantes del 5to de primaria de una institución educativa de Lima fue validada por tres profesionales mediante el método de juicio de expertos. Dos de ellos fueron temáticos, los cuales responden a una formativa muy parecida a la temática de la investigación y °un metodológico, que es especialista en metodología de investigación científica. Los resultados de la evaluación se encuentran dentro del capítulo correspondiente a este apartado. Por último, es importante entender al arte como una herramienta que suma competencias y contribuyen al desarrollo integral del estudiante. Gracias a él, se puede expresar, comunicar e interpretar el mundo interior. Por otro lado, la importancia de aplicar el arte terapia radica en que estos espacios nos ofrecen la escucha mutua y enfatiza el diálogo interno del estudiante. El arte y los esfuerzos por crear producciones artísticas nos reconcilian con nosotros mismos y con el mundo externo.

Regional

Tras una ardua investigación en las diferentes casas de estudio de nuestra región, se ha notado una inexistente información significativa sobre el uso de la terapia de arte

para mejorar la autoestima de los estudiantes. Por lo tanto, hace que esta investigación sea única y representativa en nuestra región.

2.2. Bases teóricas – científicas

Origen, evolución y enfoques de la arteterapia

La arteterapia, como práctica formal, no surgió de la nada. Viene gestándose desde principios del siglo XX, cuando artistas y psiquiatras empezaron a notar que el acto de crear podía tener un valor terapéutico más allá de lo estético. Me llamó mucho la atención cómo Malchiodi (2017) describe este proceso como una evolución natural entre el arte y la psicología. Ella misma afirma que “el arte es una forma primaria de expresión, anterior incluso al lenguaje” (p. 21), lo que me parece revelador. A lo largo del tiempo, distintos enfoques se consolidaron: algunos más clínicos, otros más educativos o comunitarios, pero todos coinciden en que el arte abre un canal distinto, más sensorial y emocional. No se trata solo de pintar, sino de decir algo que no encuentra palabras.

Fundamentos neuropsicológicos de la expresión artística.

Lo interesante de pensar el arte desde la neuropsicología es que, de pronto, muchas cosas que parecían intuitivas empiezan a tener una base biológica concreta. Hinz (2015), por ejemplo, menciona que cuando una persona dibuja o modela, activa regiones cerebrales relacionadas con la emoción, la memoria y la regulación afectiva. Es decir, hay un diálogo entre el cerebro racional y el emocional que se manifiesta en el proceso creativo. No es menor que en momentos de crisis, ansiedad o bloqueo, el cuerpo tienda a expresarse a través de imágenes. Como si el arte fuese un atajo hacia lo profundo. Además, estudios recientes (Baumeister y Vohs, 2018) sugieren que estas formas expresivas pueden incluso modificar patrones neuronales, facilitando procesos de sanación emocional.

Teorías humanistas aplicadas al arte (Maslow, Rogers)

Lo que me resulta más inspirador del enfoque humanista es su mirada esperanzadora del ser humano. Carl Rogers, por ejemplo, veía el arte como una manifestación genuina del Self, ese yo profundo que a veces queda silenciado en lo cotidiano. En su texto *On Becoming a Person* (1961), sostiene que “la creatividad es la expresión del organismo completo funcionando libremente” (p. 352), algo que resuena mucho con la lógica de la arteterapia. Por su parte, Maslow (1968) hablaba de la autorrealización como una necesidad psicológica y espiritual. Para él, crear no era solo un lujo, era una vía para desarrollarse plenamente. Ambas perspectivas permiten ver al arte no como ornamento, sino como un derecho humano vinculado al bienestar.

La creatividad como proceso terapéutico

Siempre se habla de creatividad como si fuera un talento reservado a unos pocos, pero en este campo se entiende de otra manera. La creatividad aparece como una capacidad universal para transformar la experiencia, para reelaborarla simbólicamente y darle un nuevo sentido. Moon (2016), una de las autoras que más me ha convencido en este tema, sostiene que “la creatividad no es el objetivo final del proceso terapéutico, sino el vehículo que lo hace posible” (p. 18). En ese sentido, crear puede ser como abrir una ventana interna, donde uno ve y resignifica lo vivido. Lo que importa no es si la obra es bonita o técnica, sino lo que evoca y lo que ayuda a comprender de uno mismo.

Arteterapia con pintura

Explorar la pintura desde un enfoque terapéutico es sumergirse en una de las formas más primarias de comunicación humana. No se trata simplemente de aplicar pigmentos, sino de traducir emociones y vivencias internas que, muchas veces, no logran formularse verbalmente. Desde mi experiencia leyendo a Malchiodi (2017), comprendí que los colores y las formas no son elecciones inocentes; en realidad, cargan una densidad simbólica que conecta con estados afectivos profundos. Ella explica que “el acto de pintar puede revelar aspectos inconscientes del yo, incluso cuando no hay una intención narrativa explícita” (p. 93), lo cual me pareció clave para entender su valor terapéutico. Lo pictórico se convierte así en un espacio de exploración emocional, donde el lienzo recibe sin juzgar.

Elementos simbólicos y emocionales en el color y la forma

A lo largo de los estudios en psicología del arte, se ha reafirmado que los colores, sus contrastes, y la disposición de las formas, no sólo comunican afectan. Hay una carga afectiva en cada elección visual. Hinz (2015) plantea que “el color se experimenta antes de que se interprete, activa respuestas sensoriales inmediatas” (p. 67), lo cual me hace pensar que en arteterapia los pigmentos se convierten en lenguaje corporal. No se trata de descifrar el azul o el rojo como símbolos fijos, sino de entenderlos en la narrativa subjetiva del creador. De hecho, la espontaneidad con la que un adolescente, por ejemplo, mancha o delimita un espacio puede hablar más que cualquier test estandarizado.

Evidencia científica sobre pintura como herramienta terapéutica

Lo más interesante de esta dimensión, al menos para mí, es que no sólo tiene una riqueza simbólica, sino que además está validada por estudios científicos. Kopytin y Rugh (2017) realizaron intervenciones terapéuticas en contextos clínicos donde el uso

sistemático de la pintura logró mejorar indicadores de regulación emocional y autoestima. En su investigación con adolescentes, observaron que “el proceso pictórico facilita la expresión de conflictos internos de manera segura y estructurada” (p. 134), lo cual resalta el valor del marco terapéutico. Y aunque muchos asocian la pintura con lo infantil, en este contexto se resignifica como un medio profundo para expresar lo inefable.

Arteterapia con arte abstracto

Personalmente, el arte abstracto me parece uno de los lenguajes más complejos y liberadores dentro de la arteterapia. Justamente porque no busca representar nada “real” en términos figurativos, da permiso para que lo simbólico fluya sin restricciones. Es un tipo de expresión que no exige justificación, ni explicación, y eso en contextos terapéuticos puede ser inmensamente poderoso. Como sugiere Moon (2016), “la abstracción permite una distancia emocional segura y, al mismo tiempo, una profundidad simbólica abierta a múltiples lecturas” (p. 45). En otras palabras, es como una puerta entreabierta al inconsciente, donde se proyecta lo que ni siquiera sabíamos que estaba ahí.

Abstracción, proyección emocional y subjetividad

Lo que distingue al arte abstracto en el plano terapéutico es que funciona como un espejo distorsionado, pero no por ello menos revelador. La proyección emocional ocurre porque la ambigüedad de las formas no obliga a definir, sino que invita a experimentar. Durlak et al. (2011), en sus investigaciones sobre intervenciones creativas, señalaron que los adolescentes tienden a conectarse más con lo abstracto cuando no se sienten cómodos expresándose de manera directa. Es decir, la ambigüedad se vuelve aliada terapéutica. Desde esta perspectiva, la subjetividad no es un obstáculo metodológico, sino precisamente el punto de entrada a la verdad emocional.

Estudios empíricos sobre arte abstracto en adolescentes

Resulta interesante cómo estudios recientes han centrado su atención en el impacto del arte abstracto sobre poblaciones juveniles. Ganim y Fox (1999) desarrollaron un programa experimental con adolescentes en riesgo, usando técnicas de abstracción libre combinadas con diálogo reflexivo. Los resultados fueron consistentes: disminución de ansiedad, aumento de confianza corporal y mayor expresión emocional. Ellos sostienen que “la abstracción permite al adolescente hablar sin palabras, de aquello que no puede nombrar” (p. 78), y eso es lo que, en mi opinión, le da tanta potencia. Lo que se pinta no tiene que tener sentido lógico, tiene que sentirse auténtico.

Arteterapia con fotografía

Si tuviera que elegir una de las dimensiones más modernas y a la vez más íntimas de la arteterapia, sin duda sería la fotografía. A diferencia del dibujo o la pintura, aquí hay un encuentro con lo real que no se puede inventar. Pero ese real también es elegido, recortado, interpretado. En ese sentido, la fotografía se convierte en una herramienta de autorrepresentación y de construcción de memoria emocional. Weiser (2010) lo expresa muy bien cuando dice que “cada imagen capturada contiene tanto lo que se muestra como lo que se decide ocultar” (p. 24), algo que me parece crucial en terapia. Tomar una foto de uno mismo o de un espacio significativo no es solo una acción estética: es un acto narrativo.

Fototerapia: memoria, identidad y autorrepresentación

La fototerapia se ha consolidado como una técnica con múltiples capas de interpretación. En lo personal, me parece fascinante cómo una imagen puede activar recuerdos olvidados o resignificar eventos del pasado. Salovey y Mayer (1990), al hablar de procesos emocionales complejos, plantean que las imágenes tienen una capacidad única para activar emociones sin necesidad de lenguaje formal. En este tipo

de arteterapia, el sujeto no solo observa, se observa. La identidad se vuelve fragmentada pero también más accesible, porque se externaliza. Se pueden trabajar pérdidas, duelos, reconstrucciones, con solo revisar un álbum o producir nuevas imágenes con intención simbólica.

Aplicaciones educativas y terapéuticas de la fotografía

Personalmente, me parece fascinante cómo la fotografía ha ido ganando terreno en espacios educativos y terapéuticos, especialmente en propuestas que intentan reforzar la autoestima y la identidad personal de los estudiantes. Trelles (2023), por ejemplo, llevó a cabo un trabajo en Perú con adolescentes que me pareció bastante revelador. Él utilizó una metodología participativa donde los estudiantes creaban imágenes sobre sus propias vidas, y luego, juntos, las analizaban en grupo. Los resultados fueron bastante claros: los participantes no solo fortalecieron la cohesión entre ellos, sino que desarrollaron una mayor conciencia de sí mismos, y lo más interesante, una especie de empoderamiento narrativo. Esa posibilidad de “versarse” de decirse y mostrarse a través de una imagen construida por uno mismo, tiene un impacto muy potente. En cierto modo, resignifica lo que uno piensa sobre sí y abre paso a nuevas formas de verse, de narrarse y quizá hasta de imaginarse distinto.

Si bien la arteterapia ha tenido múltiples enfoques (psicodinámico, gestáltico, humanista), en la presente investigación se adopta principalmente el enfoque humanista, en tanto este privilegia la autoexpresión, la autorrealización y el fortalecimiento del Self (Rogers, 1961; Maslow, 1968). Desde esta perspectiva, las actividades de pintura, abstracción y fotografía se entienden no como meros ejercicios artísticos, sino como oportunidades para que los adolescentes exploren y fortalezcan su autoestima en un clima de aceptación y respeto.

Fundamentos teóricos de la Autoestima

Pensar en la autoestima desde un marco teórico me lleva, casi sin quererlo, a toparme con una enorme variedad de perspectivas. A simple vista parece un concepto claro uno diría que se trata, simplemente, de cuánto nos valoramos, pero, en la práctica, es mucho más esquivo. No es suficiente con decir que es "sentirse bien con uno mismo", porque eso apenas roza la superficie. La autoestima, al menos como yo la entiendo, se va tejiendo en ese diálogo constante entre lo que uno cree de sí, lo que uno siente, y lo que recibe del entorno. Es una relación íntima y profunda con uno mismo, moldeada por miradas ajenas, silencios, gestos, y también por nuestras propias narrativas internas.

Hay muchas maneras de abordarla. Algunos enfoques la entienden desde la conducta, otros desde lo cognitivo, desde lo emocional, incluso desde lo existencial. Y todas esas miradas se entrelazan. Mruk (2013) y Harter (2012), por ejemplo, sostienen que la autoestima no es algo que simplemente "se tiene", sino una experiencia viva, moldeada por las interacciones, los aprendizajes, los fracasos, las afirmaciones, las heridas. Y esa perspectiva me parece valiosa. Porque reduce el riesgo de convertirla en una etiqueta, o en una puntuación dentro de una escala, y la devuelve a su dimensión humana.

Personalmente, creo que la autoestima no se debería tratar solo como una categoría clínica, sino como una forma de estar en el mundo. Una manera en que cada persona se construye, se reconoce, y se sostiene a veces con claridad, otras con dudas frente a los desafíos que la vida le plantea.

Enfoques psicológicos de la autoestima

Pensar la autoestima desde los marcos de la psicología no es un ejercicio sencillo. Lo que en principio parece una noción clara, incluso cotidiana, se va volviendo más ambigua y profunda cuando se intenta comprender sus fundamentos. A lo largo del

tiempo distintos enfoques han buscado explicarla, y lo han hecho desde ángulos muy variados: unos la entienden como algo que permanece más o menos estable en el individuo, como si fuera una cualidad interna que se mantiene firme, otros en cambio la ven como un proceso, una construcción que cambia, que se adapta, y que responde al entorno.

Estas formas de mirarla no siempre se contraponen, a veces se complementan, aunque en sus orígenes respondan a tradiciones teóricas distintas. Es evidente que cada autor arrastra una historia, una manera de entender la mente humana, sin embargo, hay algo que los une: todos parecen coincidir en que la autoestima no es un detalle menor, sino un factor clave que incide en la manera como nos relacionamos, cómo actuamos y cómo nos sentimos con nosotros mismos. No es solo una idea sobre el "yo", es también una emoción, una experiencia, una memoria.

Desde mi perspectiva, la riqueza de estos enfoques no está en elegir uno y descartar los otros, sino en poder verlos como partes de un mismo mapa. Cada modelo aporta una pieza para armar una comprensión más completa, y quizás más honesta, de lo que significa valorarse a uno mismo. Porque al final, la autoestima no ocurre en el vacío. Se forma entre lo que uno piensa de sí, lo que siente frente a lo que ha vivido, y lo que los otros le devuelven a veces sin quererlo con sus palabras o silencios. Por eso, cuando leo a estos autores, no solo los leo a ellos: me descubro leyendo también mis propias formas de entenderme.

Modelo de Morris Rosenberg

Si bien la Escala de Autoestima de Rosenberg constituye uno de los instrumentos más difundidos a nivel internacional para la medición de la autoestima, en el presente estudio se hace referencia únicamente con fines conceptuales y de fundamentación teórica. Para la recolección de datos se elaboró un cuestionario propio,

adaptado al contexto de estudiantes de secundaria de Pasco, validado mediante juicio de expertos y con adecuados niveles de confiabilidad.

Cuando pienso en una teoría sólida sobre la autoestima, la de Morris Rosenberg siempre me resulta fundamental. Su propuesta, desarrollada en los años sesenta, no solo marcó un punto de partida empírico para abordar el tema, sino que además ofreció una manera clara y directa de entender cómo nos valoramos. Rosenberg no veía la autoestima como algo abstracto o meramente emocional; para él, era una actitud global hacia el yo, una evaluación interna que cada persona elabora sobre sí misma, al margen de contextos particulares.

Su conocida Escala de Autoestima permitió medir esa valoración de forma concreta, lo cual abrió la posibilidad de estudiar la autoestima más allá del discurso subjetivo. Pero lo que me parece más valioso de su modelo no es solo su capacidad de ser medido que ya es bastante sino la profundidad con la que aborda esa relación que uno tiene consigo mismo. Rosenberg (1965) lo formuló sin rodeos: “la autoestima es una actitud hacia el yo que puede ser positiva o negativa, estable o fluctuante, pero que inevitablemente afecta la forma en que nos comportamos en sociedad” (p. 31).

Esta frase, por sí sola, resume un marco entero. No se trata simplemente de "sentirse bien", sino de una disposición interna que puede moldear desde nuestras relaciones hasta nuestras decisiones. Su modelo integra lo emocional, sí, pero también lo cognitivo y lo actitudinal. Y eso es lo que, en mi opinión, le da una fuerza particular: la autoestima no es un estado de ánimo es una forma de interpretar quiénes somos y cuánto valemós, aun en silencio, aun sin darnos cuenta.

Aportes de Nathaniel Branden

Hablar de autoestima implica, casi inevitablemente, detenerse en Nathaniel Branden. No tanto porque haya sido el único en abordarla con profundidad, sino porque supo articular una visión que la vuelve más que una emoción: la convirtió en una práctica existencial. Para él, la autoestima no se agotaba en sentirse bien consigo mismo. Era, en realidad, una vivencia compleja, tejida entre la autoeficacia, es decir, esa creencia íntima de que uno puede actuar con competencia en el mundo y la autoaceptación esa actitud de reconocerse por completo, sin negaciones ni disfraces.

Lo que siempre me ha parecido central en su planteamiento es que no se trataba solo de pensar en positivo. No bastaba con repetir afirmaciones amables frente al espejo. Branden era claro en esto: la autoestima se construye desde la acción, desde los actos concretos que sostienen una vida coherente. En su propio decir, “la autoestima es la disposición a considerarse competente para vivir y merecedor de la felicidad” (Branden, 1994, p. 6). Y ese “merecer” no es un derecho automático, sino algo que se cultiva con responsabilidad.

Otro aspecto clave de su enfoque es que introduce una dimensión ética, a veces ignorada en otros modelos. No se puede tener autoestima si uno vive negando su propia verdad, decía. La sinceridad con uno mismo era, para él, un punto de partida inevitable. De ahí que su teoría no sea únicamente psicológica: también es profundamente moral.

Lo que más resuena en mí, quizás, es esa idea de que la autoestima no se regala, se gana. Se construye a diario en los pequeños actos con los que uno se afirma como digno y capaz, incluso cuando nadie más está mirando.

Modelo de Stanley Coopersmith

Cada vez que pienso en cómo se forma la autoestima, regreso al planteamiento de Stanley Coopersmith. No porque lo tenga todo resuelto, sino porque su modelo,

aunque antiguo, sigue teniendo una profundidad que no muchas teorías alcanzan. Él no hablaba solo de “sentirse bien”, sino de algo más estructural: de cómo se entrelaza lo que uno cree de sí mismo con lo que recibe del entorno.

Coopersmith planteaba que la autoestima nace y se sostiene desde tres pilares: el sentido de significación, la percepción de competencia y la experiencia de tener control sobre lo que nos pasa. Dicho de otro modo, sentirse valorado por quienes nos rodean, saberse capaz de enfrentar desafíos y, además, tener algo de poder sobre nuestras propias decisiones. Esos tres elementos, según él, van moldeando la forma en que cada persona se reconoce (o no) con dignidad y seguridad.

Personalmente, lo que más me interpela de su enfoque es que no pone todo el peso en el individuo. Nos recuerda que la autoestima no se inventa en soledad. Se cultiva en la mirada del otro, en la escuela, en la familia. Y que, si no hay una red de apoyo real, esa estructura interna que llamamos autoestima puede quedar frágil, incluso si uno tiene buenas intenciones consigo mismo.

Dimensiones de la Autoestima

La autoestima, como he venido reflexionando, no es un fenómeno lineal ni limitado a un solo ámbito de la experiencia humana. De hecho, su complejidad se vuelve evidente cuando se analiza por dimensiones, pues no es lo mismo cómo una persona se percibe académicamente, que cómo se siente en sus vínculos o frente a sus emociones. Esta división dimensional permite observar la autoestima como un tejido compuesto por capas que se entrelazan. Cada una de estas dimensiones se ve afectada por contextos distintos y responde a necesidades igualmente diferenciadas. Es, en definitiva, un entramado personal, social y emocional.

Autoestima académica

Autoeficacia y motivación en el rendimiento escolar

En el contexto educativo, hablar de autoestima no es solo hablar de emociones, sino de una fuerza interna que puede marcar la diferencia entre rendirse o insistir. No se trata únicamente de sacar buenas notas, sino de algo más profundo: cómo se percibe uno mismo frente al acto de aprender. ¿Confía el estudiante en su capacidad para resolver, entender, avanzar? Ese juicio interno, muchas veces silencioso, puede ser determinante.

Bandura (1997), con gran claridad, definió este proceso como “autoeficacia académica”, es decir, la creencia que tiene una persona sobre su capacidad para enfrentar tareas escolares con éxito. Es una convicción que no siempre es visible, pero que puede movilizar o, por el contrario, bloquear al estudiante frente a los retos del conocimiento. Me llama la atención cómo esta percepción interna puede tener más peso que las condiciones objetivas. Un estudiante que confía en su capacidad, incluso con pocos recursos, suele rendir mejor que quien duda de sí mismo. La motivación, entonces, se convierte en consecuencia directa de esa percepción.

Influencia del entorno educativo en la valoración personal

Pensar en cómo se construye la autoestima académica me lleva siempre al aula. No a la estructura, sino a lo que pasa dentro de ella. A veces más de lo que se dice el modo en que un estudiante se percibe no depende tanto de sus capacidades reales, sino de las miradas que recibe, del tono con que lo corrigen, de si su esfuerzo es notado o ignorado. Bandura (1997) lo planteó con claridad: la autoeficacia no nace solo de lo que uno logra, también se moldea en ese ir y venir con el entorno, con lo que otros nos hacen sentir capaces o incapaces de hacer. Por eso, un contexto que ofrece oportunidades, que celebra avances, aunque sean pequeños, y que tiene figuras a

quienes vale la pena imitar, termina siendo un terreno fértil para la confianza. Y cuando esa confianza aparece, algo cambia el alumno empieza a intentarlo, incluso cuando duda.

Autoestima social

Reconocimiento, relaciones interpersonales y pertenencia

Hay algo profundamente humano en el deseo de ser visto, aceptado, valorado. La autoestima social esa que se teje en los vínculos no nace en el vacío, se construye en las miradas ajenas, en los gestos, en los silencios también. Leary (2010) lo dice sin rodeos: sentir que se pertenece es esencial para mantener cierto equilibrio psicológico. Y, sinceramente, durante la adolescencia eso se nota con más fuerza, porque es una etapa en la que el grupo de pares no solo acompaña define. Cada comentario, cada exclusión, cada palabra dicha o no dicha, va dejando huellas. Es ahí, en lo cotidiano, donde el adolescente empieza a mirarse con los ojos del otro, y poco a poco, arma una imagen de sí. A veces fuerte, a veces frágil pero siempre influenciada por la calidad del vínculo que tiene con los demás.

Aceptación social y habilidades comunicativas

La manera en que nos comunicamos cuando escuchamos de verdad, cuando mostramos empatía o simplemente dejamos salir lo que sentimos tiene un impacto directo en la forma en que los demás nos responden, y esa respuesta no es neutra: moldea, alimenta o incluso hiere nuestra autoestima social. Coopersmith (1967) ya lo advertía con claridad; el sentirse competente y valorado dentro de un grupo no depende solo de lo que uno cree sobre sí mismo, sino también y a veces más de los mensajes, a veces sutiles, que llegan desde fuera. De igual modo, Bandura (1997) sostiene que la eficacia percibida no es solamente interna; también se alimenta del reconocimiento que nos valida. Durante mi lectura, comprobé cómo un gesto amable, una mirada atenta o

un comentario inclusivo puede construir un espacio donde los jóvenes se sienten reconocidos, seguros y capaces de pertenecer sin necesidad de cambiar lo que son. La habilidad para comunicarse, entonces, no solo facilita vínculos saludables, sino que fortalece la autoestima social desde adentro.

Autoestima emocional

Regulación afectiva y expresión emocional

La autoestima emocional guarda estrecha relación con la forma en que nos aceptamos emocionalmente, reconociendo y expresando lo que sentimos sin temor. Desde la perspectiva que aportan Branden (1994) y Coopersmith (1967), la autoaceptación implica un acto de permiso interno para sentir sin juicios. Esta práctica interna es esencial para afirmar que uno es valioso, incluso cuando hay emociones difíciles o contradictorias. En muchas lecturas me ha quedado claro que cuando adolescentes aprenden a darle voz a sus emociones y a no percibirlas como amenazas, su autoestima emocional se fortalece desde adentro. Aquí el arte, en tanto experiencia simbólica, puede convertirse en mediador seguro para esa expresión interna, permitiendo que la persona se reconozca, se valide y se construya desde su propia emocionalidad.

Identidad emocional en la adolescencia

La identidad emocional durante la adolescencia se va construyendo paso a paso, a través de la experiencia de sentir y comprender lo que se siente. Nathaniel Branden (1994) aporta una perspectiva valiosa sobre la autoaceptación emocional: entender que uno merece respeto incluso en sus emociones contradictorias o dolorosas. Para mí, su modelo ofrece un marco útil para pensar que reconocerse emocionalmente no es indulgencia, sino una señal de salud interior. Por otro lado, Stanley Coopersmith (1967) enfatiza la evaluación del entorno, señalando que las experiencias de reconocimiento

emocionan lo su ausencia influyen en cómo los jóvenes moldean su autoconcepto afectivo. Es decir, si un adolescente se siente comprendido emocionalmente por su entorno, será más propenso a desarrollar una autoestima emocional consistente. En este sentido, la identidad emocional no surge del silencio o la represión, sino del permiso para reconocer, expresar y validar lo que se siente, como parte legítima del yo en construcción.

2.3. Definición de términos básicos

Autoestima

La autoestima es, para decirlo de forma clara, la manera en que nos valoramos a nosotros mismos. No se trata solo de “gustarnos”, sino de reconocernos con dignidad, con defectos y virtudes. Es una especie de diálogo silencioso que mantenemos con nosotros mismos cada día, y que determina cómo enfrentamos el mundo.

Autoestima académica

No basta con tener habilidades; hace falta también creer que se puede aprender. La autoestima académica es ese juicio que el estudiante tiene sobre su capacidad para lograr cosas dentro del ámbito escolar. Si alguien se siente torpe o inútil en clase, difícilmente rendirá bien, por más potencial que tenga.

Autoestima social

Se relaciona con el modo en que sentimos que los demás nos valoran. Es esa sensación de ser aceptado, respetado o querido dentro de un grupo. Cuando falta, uno puede sentirse fuera de lugar o invisible, y eso afecta profundamente la confianza personal.

Autoestima emocional

Es la seguridad que tenemos para manejar nuestras emociones sin que nos desborden. Quien tiene buena autoestima emocional no se siente mal por sentir, ni se

castiga por lo que experimenta. Se permite estar triste, feliz o enojado, sin avergonzarse por ello.

Arteterapia

Es una forma de sanar y comprenderse a través del arte. No se necesita ser un artista para beneficiarse; basta con expresarse mediante colores, formas, imágenes o símbolos. Es un puente entre lo interno y lo visible, que permite dar forma a lo que a veces no se puede decir con palabras.

Autoeficacia

Bandura la definió como la creencia en la propia capacidad para lograr lo que uno se propone. Es más que tener habilidades: es confiar en que, si te lo propones, podrás. Esa creencia moviliza, empuja o frena, según cómo esté construida dentro de cada persona.

Identidad personal

Es el conjunto de características, historias, gustos y contradicciones que hacen que uno diga: “yo soy así”. La identidad no es fija ni estática, va cambiando, pero guarda una coherencia que nos permite reconocernos a lo largo del tiempo.

Reconocimiento social

A veces lo que uno necesita no es un premio, sino una mirada que diga “te veo”. El reconocimiento social es esa validación que recibimos de otros cuando hacemos algo bien, cuando somos auténticos o simplemente cuando existimos dentro de una comunidad.

Pertenencia

Sentirse parte de algo es una necesidad profunda. La pertenencia es esa experiencia de saber que uno encaja en un grupo, que su presencia importa, que no es

un extraño. Cuando falta, la autoestima se resiente y se instala una sensación de aislamiento.

Motivación intrínseca

Es la fuerza que nace desde adentro, cuando hacemos algo por el placer o el interés que nos provoca. A diferencia de la motivación extrínseca, que depende de premios o castigos, esta forma de motivación es más duradera y está conectada con el sentido personal.

Relaciones interpersonales

No vivimos solos ni podemos pensarnos sin otros. Las relaciones que construimos amistades, vínculos familiares o educativos tienen un efecto directo sobre cómo nos sentimos con respecto a nosotros mismos. Una palabra puede herir o sanar.

Expresión emocional

Hablar de lo que uno siente no es debilidad; es claridad. Expresar emociones nos ayuda a regularlas, a compartirlas y a evitar que se acumulen como una olla de presión. El arte, la escritura o la conversación son vías legítimas para este tipo de expresión.

Resiliencia

No se trata de no caer, sino de poder levantarse con más fuerza. La resiliencia es esa capacidad para superar momentos difíciles sin quebrarse del todo. Las personas con buena autoestima suelen tener un nivel alto de resiliencia porque confían en que pueden volver a empezar.

Autoimagen

Es la fotografía mental que tenemos de nosotros mismos. No es solo física, también emocional e intelectual. Si uno se ve como “torpe” o “poco atractivo”, aunque

no lo sea, actuará como si lo fuera. La autoimagen influye en casi todas nuestras decisiones.

2.4. Formulación de hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco – 2024.

2.4.2. Hipótesis específica

1. El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco – 2024.
2. El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco – 2024.
3. El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco – 2024.

2.5. Identificación de variables

Variable Independiente: Arteterapia

Dimensiones:

D1. Arteterapia con pintura

D2. Arteterapia con arte abstracto

D3. Arteterapia con fotografía

Variable Dependiente: Autoestima

Dimensiones:

D1. Autoestima académica

D2. Autoestima social

D3. Autoestima emocional

2.6. Definición operacional de variables e indicadores

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.

Título. Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.

¿Qué es la Autoestima? Pérez (2019) Se define como la valoración o juicio que una persona tiene sobre sí misma, basada en la percepción de sus propias habilidades, cualidades y capacidades. Es un componente esencial del bienestar emocional y psicológico, ya que influye en cómo las personas se relacionan con los demás, toman decisiones y enfrentan desafíos. Una autoestima saludable está vinculada a un equilibrio entre el reconocimiento de las fortalezas y la aceptación de las debilidades				
Dimensiones	Indicadores	Ítems / Temas	Peso	
			Cant	%
Autoestima académica Santrock, (2020), Es esencial en la vida escolar y se define como la percepción que los estudiantes tienen de su propio valor y eficacia en el aprendizaje. Este tipo de autoestima está ligado tanto a la autoeficacia como a la autopercepción de competencias académicas, impactando directamente en la motivación y en el rendimiento escolar.	Sentimiento de autosuficiencia y control sobre las propias decisiones.	Me siento capaz de cumplir con las expectativas académicas.	5	34%
		Tengo confianza en mi habilidad para aprender cosas nuevas en clase.		
		Creo que puedo alcanzar mis objetivos académicos.		
		Me siento motivado(a) para mejorar en mis estudios.		
		Me considero una persona exitosa en el ámbito escolar.		
Autoestima social Orth y Robins (2021), Se refiere a la percepción que los individuos tienen de su valor y aceptación en sus relaciones interpersonales y su capacidad para interactuar con otros. Este tipo de autoestima se forma a partir de experiencias sociales y está influenciada por factores como la calidad de las relaciones con amigos, familiares y pares.	Capacidad para interactuar de manera efectiva con los demás.	Me siento cómodo(a) al interactuar con mis compañeros en el colegio.	5	33%
		Creo que tengo buenas habilidades para comunicarme con los demás.		
		Me siento aceptado(a) por mis compañeros de clase.		
		Me resulta fácil entablar nuevas amistades.		
		Confío en mi habilidad para relacionarme con otros de manera positiva.		
Autoestima emocional Brackett y Rivers (2021), La autoestima emocional se refiere a la valoración que una persona tiene de su capacidad para reconocer, comprender y manejar sus propias emociones. Este tipo de autoestima se forma en gran parte a través de la autorregulación emocional y la autoconfianza en la habilidad de afrontar experiencias emocionales complejas	Capacidad para recuperarse de situaciones difíciles.	Me siento capaz de manejar mis emociones en situaciones difíciles.	5	33%
		Confío en que puedo superar los problemas emocionales que enfrento.		
		Me siento fuerte emocionalmente cuando tengo que afrontar desafíos.		
		Creo que puedo adaptarme a los cambios emocionales en mi vida.		
		Soy consciente de mis sentimientos y los acepto como parte de mí.		

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

Esta investigación es de tipo aplicado porque parte de una necesidad concreta, algo que no podía pasarse por alto. La baja autoestima de los estudiantes del 5° grado de secundaria no era solo una observación suelta, era una preocupación que se sentía en el aula y fuera de ella. Por eso se optó por diseñar un programa de arteterapia que pudiera aportar algo más que teoría, algo real, útil y posible de aplicar. Hernández Sampieri, Fernández y Baptista (2014) explican que este tipo de investigación toma ideas teóricas y las pone en juego para transformar la realidad, no para quedarse en los libros. Y eso se hizo, o al menos se intentó: pasar del papel a la práctica.

3.2. Nivel de investigación

El nivel elegido fue explicativo porque lo que se buscaba no era solo describir o comparar, sino entender el porqué. Cómo y cuánto influye la arteterapia en la autoestima de los estudiantes, esa era la pregunta que guiaba todo. La variable independiente fue el programa de arteterapia, la dependiente fue la autoestima de los adolescentes y entre ambas hubo un diálogo que se pudo medir. Para esto se usó un

diseño cuasi-experimental, lo que ayudó a observar los cambios sin necesidad de manipular cada detalle como en un laboratorio. Hernández Sampieri et al. (2014) señalan que este tipo de enfoque explicativo es el que permite descubrir relaciones causales, y eso fue lo que se intentó desde el inicio, con las herramientas disponibles, con el tiempo limitado y con muchas ganas de encontrar algo que tuviera sentido para los y las estudiantes.

3.3. Métodos de investigación

El método general que guio este estudio fue el método hipotético-deductivo, porque partimos de una hipótesis que nos indica que la arteterapia puede mejorar la autoestima y se buscó comprobarla a partir de los datos recogidos durante la intervención. Así, este método nos permitió reconocer que existe una relación, la cual nos facilitó la comprensión de lo que realmente sucedía con las estudiantes antes y después del programa.

Como método específico se utilizó el cuasi-experimental, ya que se trabajó con dos grupos: uno experimental y otro de control, basándose más que nada en las actitudes que ya habían presentado dichas estudiantes. Esta elección no fue casual: por razones éticas y organizativas, no se podía intervenir la estructura original de las aulas, pero sí era posible aplicar un programa concreto y luego medir sus efectos de forma sistemática.

Este enfoque permitió concretar el tipo de investigación aplicado, porque se propuso resolver una situación real la baja autoestima de un grupo de adolescentes utilizando herramientas prácticas como el arte en el ámbito educativo. Y a su vez, el nivel explicativo cobró sentido en la medida en que se buscó entender cómo y por qué la arteterapia impactaba en la autoestima, observando los cambios con claridad entre el pre test y el postest.

3.4. Diseño de investigación

El diseño de investigación es cuasiexperimental, con grupo control no equivalente, diseño pretest–posttest, lo que implica la manipulación de la variable independiente (arteterapia) para observar sus efectos sobre la variable dependiente (autoestima). No obstante, los grupos de estudio no serán asignados de manera aleatoria, pero se controlará cuidadosamente la implementación de la intervención para reducir las posibles amenazas a la validez interna. Los grupos se formaron por secciones ya existentes (no equivalentes), por lo que no se asignaron aleatoriamente los participantes. Sin embargo, se mantuvo homogeneidad en características de edad y grado para reducir sesgos

$$\begin{array}{ccccc} \text{GE: } & 0_1 & & \text{X} & & 0_2 \\ \text{GC: } & 0_3 & & & & 0_4 \end{array}$$

Donde:

G.E. Grupo Experimental.

G.C. Grupo de Control.

0_1 y 0_3 Pre Test

0_2 y 0_4 Post Test

X: Manipulación de la Variable Independiente.

El programa de intervención se diseñó desde el enfoque humanista de la arteterapia, el cual concibe la creatividad como vía de autoexpresión y autorrealización. En coherencia con este marco, las actividades (pintura, abstracción y fotografía) fueron seleccionadas para favorecer un clima de aceptación y respeto, promoviendo que los adolescentes fortalecieran su autoestima académica, social y emocional a través de experiencias simbólicas y reflexivas.

3.5. Población y muestra

Población

La población del estudio está compuesta por 178 estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión”, ubicada en Chaupimarca, Pasco.

Muestra

El tamaño muestral de 32 estudiantes se definió de manera natural, al estar conformado por la totalidad de estudiantes de las secciones D y E (16 estudiantes en cada sección) del 5to grado. De este modo, se conformó un grupo experimental y un grupo control con el mismo número de participantes, lo que permitió realizar comparaciones estadísticas equilibradas, además de asegurar la viabilidad de la investigación dentro de las condiciones institucionales.

Criterios de inclusión y exclusión

Para la selección de la muestra, se consideraron únicamente estudiantes del 5to grado de secundaria pertenecientes a las secciones D y E de la I.E. “Daniel Alcides Carrión”. Se incluyeron aquellos con asistencia regular y disposición para participar en el estudio. Por otro lado, se excluyó a estudiantes con ausencias frecuentes, a quienes no pertenecían a las secciones seleccionadas o que hubieran participado en otras intervenciones psicológicas o educativas similares durante el mismo periodo.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Encuesta

Se diseñó una encuesta (pre test y pos test) que incluirá preguntas con una escala de Likert del 1 al 5. Esta encuesta se aplicará a los estudiantes para evaluar el impacto

de la arteterapia en las dimensiones de autoestima académica, autoestima social y autoestima emocional.

Observación

Se empleará una técnica de observación para registrar el comportamiento y la participación de los estudiantes durante las sesiones de arteterapia. Esto permitirá obtener información cualitativa sobre el impacto de la intervención en el ambiente de aprendizaje y las interacciones entre los estudiantes.

Instrumentos

Cuestionario de Escala de Likert:

El instrumento principal utilizado en este estudio fue un cuestionario tipo Likert elaborado por el investigador, con la finalidad de medir la variable autoestima en estudiantes de educación secundaria. El diseño del cuestionario se fundamentó en el marco teórico y en las dimensiones operativas previamente definidas: autoestima académica, autoestima social y autoestima emocional.

Estructura del cuestionario

El cuestionario está conformado por 15 ítems en total, distribuidos de la siguiente manera:

- **Autoestima académica:** 5 ítems (ítems 1–5).
- **Autoestima social:** 5 ítems (ítems 6–10).
- **Autoestima emocional:** 5 ítems (ítems 11–15).

Escala de respuesta

Cada ítem fue formulado en una escala Likert de cinco categorías de respuesta, donde:

- 1 = Totalmente en desacuerdo
- 2 = En desacuerdo

- 3 = Neutral
- 4 = De acuerdo
- 5 = Totalmente de acuerdo

Esta escala permite captar gradualmente el grado de acuerdo de los estudiantes frente a afirmaciones relacionadas con su autopercepción en el ámbito académico, social y emocional.

Puntuación e interpretación

El cuestionario puede arrojar un puntaje mínimo de 15 puntos y un máximo de 75 puntos, donde los valores más bajos reflejan niveles reducidos de autoestima y los valores más altos indican niveles elevados. Asimismo, se elaboró un baremo específico por dimensión y global para facilitar la interpretación de los resultados:

Autoestima académica, social y emocional (5 ítems cada una):

- 5 – 8 puntos: Autoestima muy baja
- 9 – 12 puntos: Autoestima baja
- 13 – 16 puntos: Autoestima media
- 17 – 21 puntos: Autoestima alta
- 21 – 25 puntos: Autoestima muy alta

Autoestima total (15 ítems, rango 15–75):

- 15 – 26 puntos: Autoestima muy baja
- 27 – 38 puntos: Autoestima baja
- 39 – 50 puntos: Autoestima media
- 51 – 62 puntos: Autoestima alta
- 63 – 75 puntos: Autoestima muy alta

De esta manera, permite clasificar los resultados tanto a nivel global como en cada una de las dimensiones evaluadas.

Para el análisis descriptivo, los puntajes obtenidos en la escala Likert fueron transformados en categorías cualitativas (muy baja, baja, media, alta y muy alta), siguiendo el baremo previamente establecido. Esta recategorización facilitó la clasificación y la interpretación de los niveles de autoestima tanto en cada dimensión como en el puntaje global.

Validez y confiabilidad del instrumento

El cuestionario fue sometido a un proceso de validación de contenido mediante juicio de expertos, en el cual participaron especialistas en Psicología y Educación. Estos evaluaron cada ítem según los criterios de suficiencia, relevancia, coherencia, claridad y redacción, obteniéndose calificaciones de “Muy Bueno” en la mayoría de los ítems (ver Anexos). Los resultados confirmaron que los ítems son pertinentes y adecuados para la medición de la variable autoestima.

Posteriormente, se analizó la confiabilidad interna del cuestionario mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, alcanzándose un valor de ,906 en la primera aplicación y de ,889 en la segunda. Estos resultados evidencian un nivel de consistencia interna alto a excelente. Según los criterios de Nunnally y Bernstein (1994), valores superiores a 0,80 indican una confiabilidad adecuada en instrumentos de investigación social y educativa, lo que confirma la fiabilidad del cuestionario diseñado para esta investigación.

3.7. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación

Tabla 1. Estadístico de fiabilidad variable 1 pre test

Aplicación	Estadísticas de fiabilidad	
	Alfa de Cronbach	N de elementos
Pre test	,906	15
Posttest	,906	15

Fuente: Estadístico de fiabilidad 15 ítems de la variable 2 Autoestima. Elaboración propia.

Interpretación:

La Tabla N.º 01 muestra los resultados del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach para la variable 2, correspondiente a la autoestima, evaluada en dos momentos: antes (pre test) y después (postest) de la intervención. En ambos casos, el coeficiente obtenido fue de ,906, calculado sobre 15 ítems.

Este valor indica que el instrumento presenta una muy alta consistencia interna en ambas aplicaciones. Según los criterios establecidos por George y Mallery (2003), un alfa igual o superior a ,9 se considera excelente, lo que significa que los ítems utilizados para medir la autoestima están altamente correlacionados entre sí y, por tanto, permiten obtener resultados confiables y estables.

Es relevante destacar que la fiabilidad se mantuvo constante en las dos mediciones (antes y después de la aplicación del programa de intervención), lo cual refuerza la solidez psicométrica del instrumento y garantiza que los cambios observados en los niveles de autoestima no se deben a fallas del cuestionario, sino a efectos reales de la intervención.

En términos prácticos, este resultado permite tener confianza en los datos obtenidos, tanto al inicio como al final del estudio, y respalda el análisis comparativo que se realice entre ambas etapas. Además, considerando que la autoestima es una variable compleja y de carácter subjetivo, contar con un instrumento que mantenga un nivel tan alto de fiabilidad resulta fundamental para asegurar la calidad de la investigación.

3.8. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Los datos recolectados serán procesados y analizados mediante procedimientos estadísticos. Se calcularán medidas descriptivas (medias, medianas, desviaciones

estándar) y se realizarán pruebas de significancia estadística para evaluar las diferencias entre los grupos de estudio antes y después de la intervención

3.9. Tratamiento estadístico

El procesamiento de los datos se realizó empleando el software estadístico SPSS v.26, que permitió garantizar precisión en los cálculos, y Microsoft Excel, utilizado para la organización preliminar de la base de datos.

En el análisis descriptivo se calcularon frecuencias absolutas, porcentajes, medias y desviaciones estándar, lo cual permitió describir la distribución inicial de las puntuaciones. Asimismo, para facilitar la interpretación pedagógica, los puntajes obtenidos en la escala Likert se transformaron en categorías cualitativas (muy baja, baja, media, alta, muy alta), de acuerdo con el baremo previamente establecido (ver sección 3.6).

En el análisis inferencial se aplicó la prueba de normalidad Shapiro-Wilk, confirmando la pertinencia del uso de pruebas paramétricas. Posteriormente, se empleó la prueba t de Student para muestras relacionadas con el fin de comparar las puntuaciones del pretest y posttest dentro de cada grupo (experimental y control). Para garantizar un reporte completo y transparente, se consignaron los estadísticos t, grados de libertad (gl), valor exacto de p, intervalos de confianza al 95 % e índices de tamaño del efecto (d de Cohen). Este último indicador permitió valorar la magnitud real de los cambios observados, complementando el criterio de significancia estadística y aportando solidez a los hallazgos, especialmente considerando el tamaño muestral reducido (n=16 por grupo).

De esta manera, el tratamiento estadístico combinó técnicas descriptivas e inferenciales, priorizando la claridad interpretativa y el rigor metodológico en la

evaluación del impacto de la intervención de arteterapia sobre la autoestima de los estudiantes.

3.10. Orientación ética filosófica y epistémica

Consentimiento Informado

El consentimiento informado es un proceso mediante el cual se asegura que todos los estudiantes comprenden plenamente los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios de la investigación antes de decidir participar.

Confidencialidad y Anonimato

La confidencialidad y el anonimato se refieren a la protección de la identidad y la información personal de los estudiantes, garantizando que los datos recogidos sean utilizados exclusivamente para los fines de la investigación y que no se divulguen detalles identificables.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo

El trabajo de campo en la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” de Chaupimarca – Pasco, se desarrolló en un espacio donde el arte trascendió a lo estético para convertirse en un lenguaje de autodescubrimiento. Las 16 estudiantes, de entre 16 a 17 años, utilizaron técnicas como la pintura abstracta, el collage y la fotografía para explorar su autoestima que, de otro modo, habrían permanecido ocultas.

En las sesiones dedicadas al arte abstracto, los trazos y formas reflejaron conflictos internos. Algunas obras, cargadas de líneas, colores y contrastantes, que simbolizaban la tensión entre responsabilidades académicas y presiones familiares. Otras, con círculos y tonos suaves, aludían a la búsqueda de paz en medio del caos diario. Estas creaciones, aunque no figurativas, funcionaron como diagnósticos visuales de estados emocionales que las palabras no lograban mostrar.

Los collages, elaborados con materiales reciclados y elementos cotidianos, revelaron conexiones profundas con el entorno. Una estudiante integró trozos de periódicos con titulares de nuestra localidad, intercalándolos con fotos de paisajes.

“Esto es lo que somos: un mix de tradición”, explicó. Otra utilizó hojas secas recolectadas en el patio del colegio para representar su deseo de estudiar ingeniería ambiental en la universidad. Estos trabajos no solo validaron su identidad, sino que destacaron cómo el arte puede vincular aspiraciones personales.

Las cámaras capturaron fragmentos de su realidad: manos sosteniendo libros abiertos, sombras proyectadas en paredes del colegio, o grupos de estudiantes sonriendo durante el recreo. Una imagen recurrente fue la de la puerta principal de la universidad, retratada desde ángulos diversos. “Es mi meta, pero tengo miedo”, confesó una estudiante al mostrar su foto favorita: un primer plano desenfocado del edificio, con una silueta difusa al fondo. Estas fotografías, expuestas al final del programa, evidenciaron cómo el arte puede documentar tanto logros como incertidumbres.

Si bien los datos mostraron mejoras significativas, como un aumento en la autoestima académica, el impacto real se midió en gestos concretos: estudiantes que antes evitaban trabajar en equipo liderando proyectos artísticos, o jóvenes que usaron sus obras para iniciar conversaciones difíciles en casa.

La metodología se ajustó a las particularidades de los estudiantes. Por ejemplo, en lugar de usar lienzos costosos, se priorizaron materiales accesibles: cartulinas, colores y cámaras del celular. Esta adaptación no solo garantizó la sostenibilidad del programa, sino que reforzó la idea de que el arte no requiere recursos excepcionales, sino voluntad y creatividad.

Las obras creadas como dibujos abstractos y fotografías no solo fueron meros ejercicios académicos. Fueron testimonios visuales de un proceso donde 16 estudiantes redefinieron su autopercepción. Al finalizar, una estudiante resumió: “Antes pensaba que mis problemas no importaban. Ahora sé que hasta una mancha de pintura puede contar una historia”. En un mundo donde los números suelen dominar las evaluaciones

educativas, este trabajo recordó que, a veces, la verdad más profunda se esconde en un trazo imperfecto o en una imagen borrosa.

4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados

PRE TEST GRUPO DE CONTROL

Tabla 2. Tabla de datos Pre test Grupo de control

Estudiante	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
Est 1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2
Est 2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3
Est 3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
Est 4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2
Est 5	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2
Est 6	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Est 7	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2
Est 8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Est 9	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3
Est 10	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2
Est 11	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
Est 12	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2
Est 13	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2
Est 14	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2
Est 15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Est 16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3

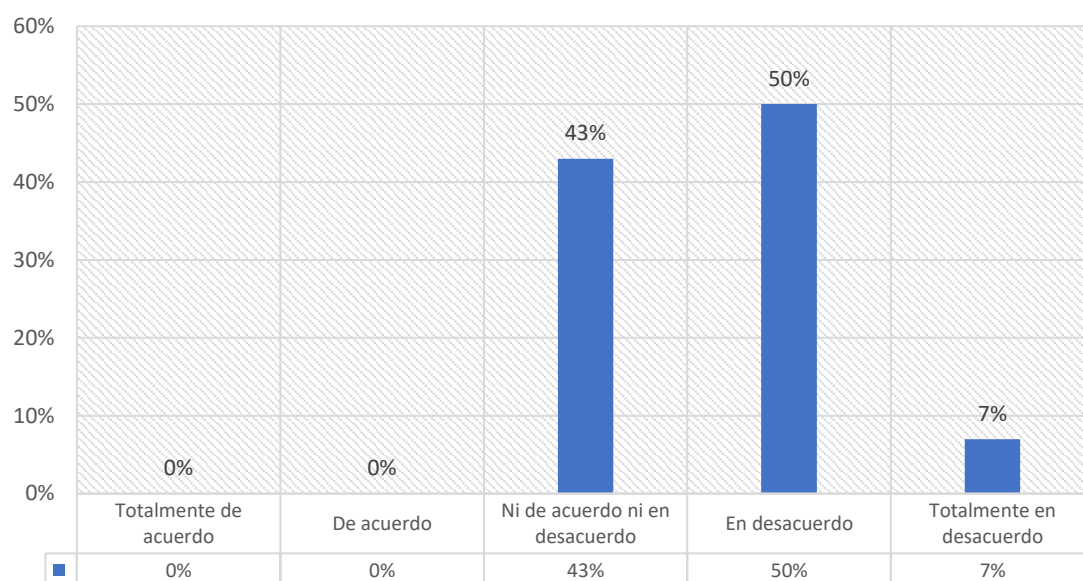
Fuente: Cuestionario de investigación Programa de intervención de Arteterapia. Elaboración propia.

Tabla 3. Pre test Grupo de control Variable Autoestima

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	0%	43%	50%	7%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra No Manipulada.

Gráfico 1. Pre test Grupo de control Variable Autoestima



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 03 Pre test Grupo de control Variable Autoestima.

Interpretación

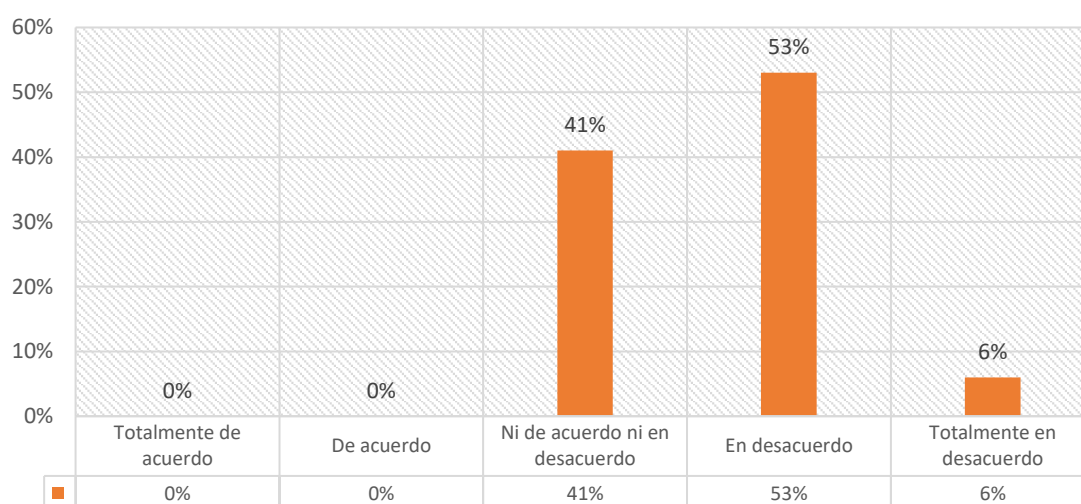
En la Tabla N°3 Grafico N°1 el Pre test aplicado al Grupo de Control respecto a la variable Autoestima, se observó que una gran mayoría de los participantes se ubicaron en las categorías centrales de la escala, con un 50% indicando estar en desacuerdo y un 43% manifestándose ni de acuerdo ni en desacuerdo lo que demuestra una tendencia general hacia una percepción negativa o neutra de su autoestima, mientras que no se registraron respuestas en las opciones de totalmente de acuerdo ni de acuerdo lo cual refuerza la falta de una autoevaluación positiva por parte de los encuestados además solo un 7% expresó una posición de totalmente en desacuerdo, estos resultados permiten evidenciar que no existe una percepción sólida de autoestima en el grupo evaluado por lo tanto se puede concluir que antes de cualquier intervención los niveles de autoestima se muestran bajos o inseguros dentro de esta muestra específica.

Tabla 4. Pre test Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	0%	41%	53%	6%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra No Manipulada.

Gráfico 2. Pre test Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 04 Pre test Grupo de Control Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica.

Interpretación

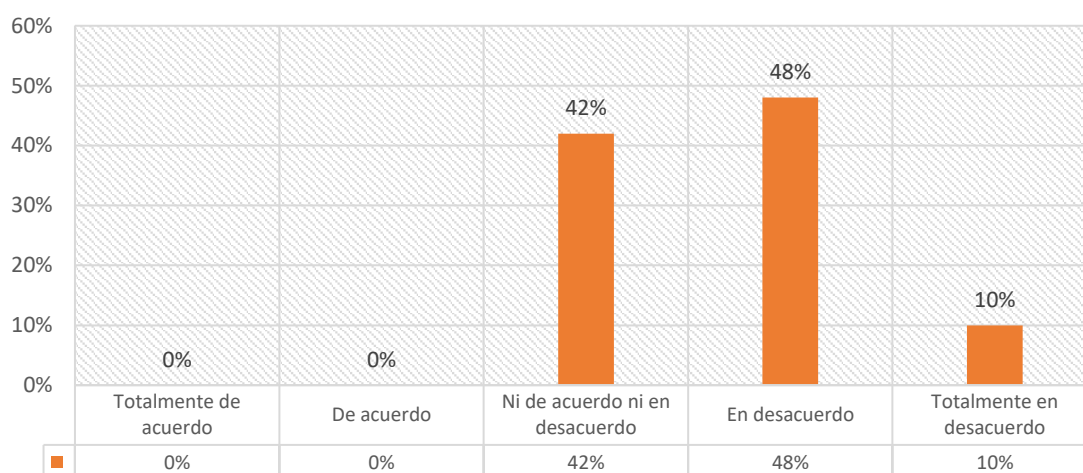
la Tabla N°4 Grafico N°2 En relación con la Dimensión 1 Autoestima académica del Pre test aplicado al Grupo de Control se evidencia una marcada inclinación hacia respuestas negativas pues el 53% de los encuestados indicaron estar en desacuerdo y un 41% se mantuvieron en una postura neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual sugiere una percepción débil o poco clara respecto a su Autoestima académica sin embargo no se registraron respuestas en las categorías positivas como totalmente de acuerdo o de acuerdo lo que resalta una ausencia significativa de autopercepción favorable en cuanto a su capacidad de tomar decisiones o actuar con independencia este panorama puede reflejar ciertas limitaciones internas o contextuales que afectan la confianza de los individuos para ejercer autonomía dentro de su entorno lo que debe ser tomado en cuenta en futuras intervenciones.

Tabla 5. Pre test Grupo de Control Dimensión 2 Autoestima social

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	0%	42%	48%	10%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra No Manipulada.

Gráfico 3. Pre test Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 05 Pre test Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social.

Interpretación

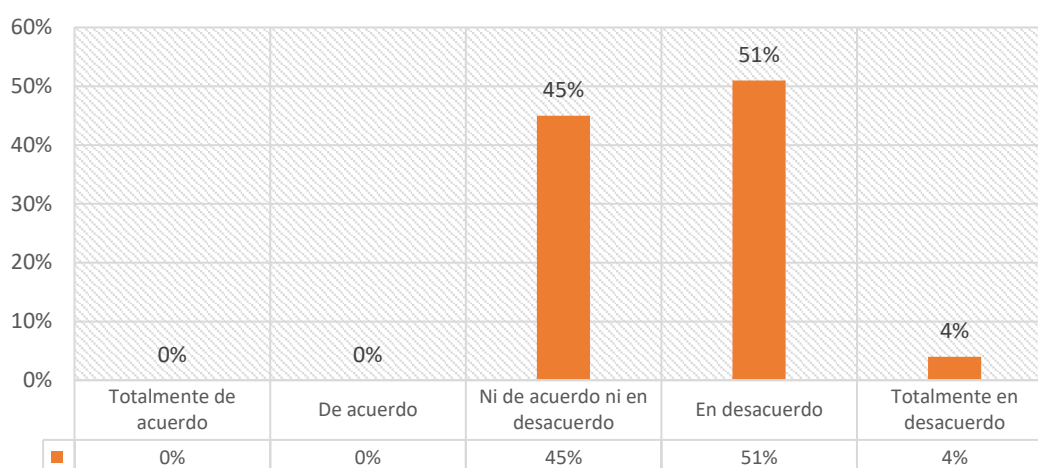
En la Tabla N°5 Grafico N°3 la Dimensión 2 correspondiente a Autoestima social del Pre test del Grupo de Control se aprecia una tendencia similar a las dimensiones previas ya que un 48% de los participantes señalaron estar en desacuerdo mientras que el 42% optó por una postura neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo y ningún encuestado marcó las opciones más positivas como de acuerdo o totalmente de acuerdo lo cual evidencia una ausencia notable de confianza o reconocimiento en sus propias habilidades para interactuar socialmente esta situación podría reflejar dificultades en la comunicación interpersonal o en la participación en entornos grupales y sociales sin embargo también podría deberse a la falta de oportunidades para desarrollarlas dentro de su contexto habitual por lo tanto resulta importante considerar este déficit en cualquier programa de fortalecimiento personal que se proponga intervenir este grupo.

Tabla 6 Pre test Grupo de control Dimensión 3 Autoestima emocional

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	0%	45%	51%	4%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Control.

Gráfico 4. Pre test Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 06 Pre test Grupo de control Dimensión 3 Autoestima emocional.

Interpretación

En la Tabla N°6 Grafico N°4 que respecta a la Dimensión 3 Autoestima emocional los resultados del Pre test aplicado al Grupo de Control muestran que más de la mitad de los participantes es decir un 51% se ubicaron en la categoría de en desacuerdo mientras que un 45% se posicionaron de forma neutral sin expresar una inclinación clara ni a favor ni en contra lo que sugiere una percepción débil sobre su capacidad para sobreponerse a situaciones adversas o estresantes además el 4% restante indicó estar totalmente en desacuerdo lo que refuerza aún más la carencia de confianza en sus propios recursos emocionales para afrontar dificultades sin respuestas en las categorías positivas queda claro que la Autoestima emocional como dimensión personal no está desarrollada de manera sólida en esta muestra lo cual puede tener implicancias relevantes en su bienestar y desempeño ante retos o cambios por ello es importante abordar este aspecto en cualquier proceso formativo o intervención futura.

POSTEST GRUPO DE CONTROL

Tabla 7. Tabla de datos Posttest Grupo de control

Estudiante	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
Est 1	3	2	3	3	1	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3
Est 2	3	1	3	3	2	4	3	2	2	2	2	3	1	2	3
Est 3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2
Est 4	4	3	3	4	2	4	2	2	4	1	2	2	3	3	3
Est 5	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2
Est 6	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3
Est 7	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2
Est 8	2	3	3	2	3	3	3	1	2	1	3	2	3	1	3
Est 9	3	4	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3
Est 10	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4
Est 11	2	1	2	2	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3
Est 12	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2
Est 13	2	3	2	2	3	2	2	4	1	2	3	3	3	3	2
Est 14	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3
Est 15	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
Est 16	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2

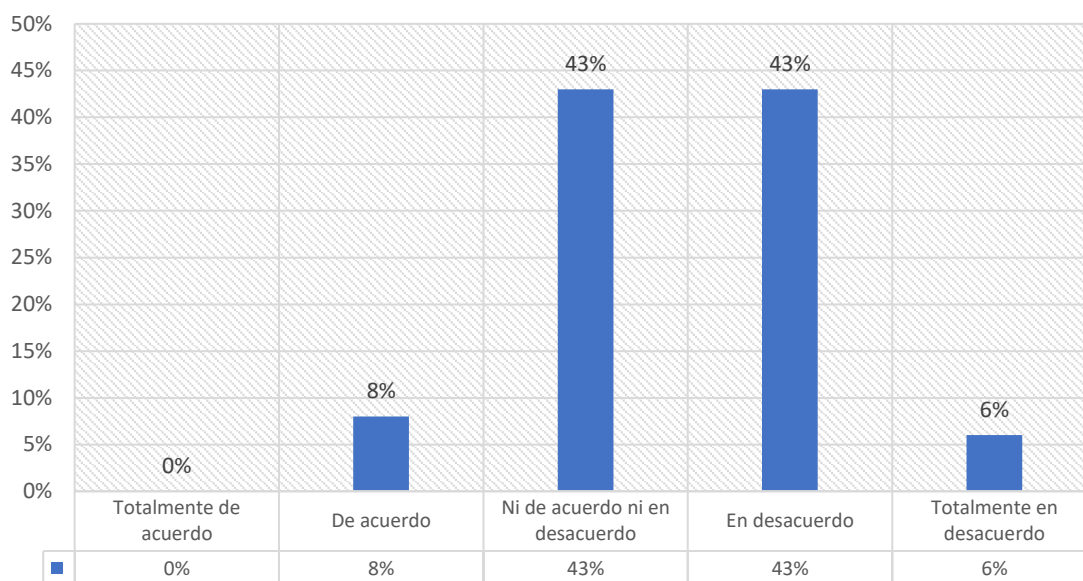
Fuente: Cuestionario de investigación Programa de intervención de Arteterapia. Elaboración propia.

Tabla 8. Posttest Grupo de Control Variable Autoestima

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	8%	43%	43%	6%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra No Manipulada.

Gráfico 5. Postest Grupo de Control Variable Autoestima



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 08 Postest Grupo de control Variable Autoestima.

Interpretación

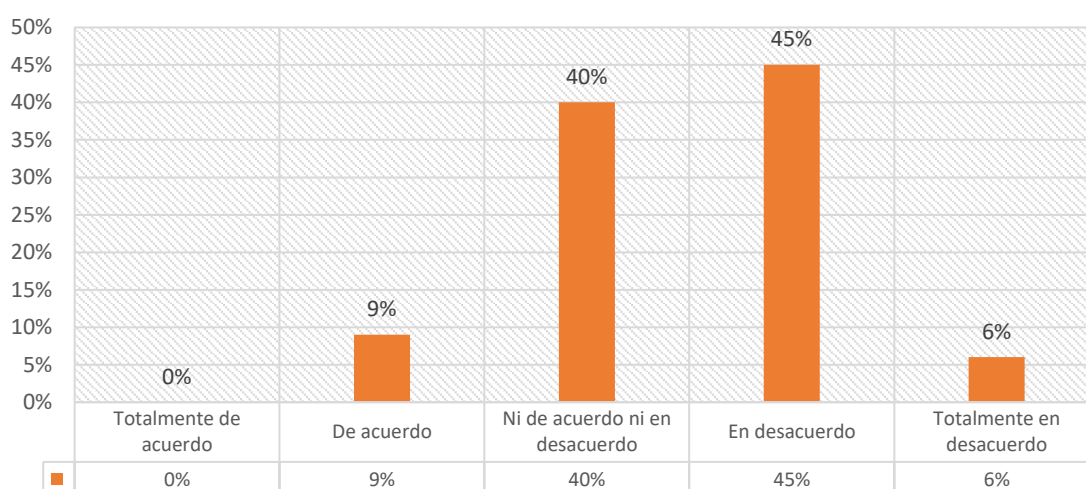
Según la Tabla N° 08 y el Gráfico N° 05 que presentan los resultados del postest aplicado al Grupo de Control respecto a la variable Autoestima se observa que la mayoría de los participantes continúa ubicándose en posiciones intermedias y negativas ya que el 43% se mostró ni de acuerdo ni en desacuerdo y otro 43% se declaró en desacuerdo mientras que solo un pequeño 8% expresó estar de acuerdo y ningún participante indicó estar totalmente de acuerdo lo que evidencia una ligera mejora respecto al pre test aunque sigue siendo insuficiente para hablar de un cambio significativo en los niveles generales de autoestima por otro lado el 6% manifestó una percepción totalmente en desacuerdo lo cual indica que aún persiste una autovaloración negativa en una parte de la muestra estos resultados sugieren que sin una intervención específica la evolución natural del grupo no ha generado avances sustanciales en esta variable.

Tabla 9. Postest Grupo de Control Dimensión 1 Autoestima académica

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	9%	40%	45%	6%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo Control.

Gráfico 6. Postest Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 09 Postest Grupo de Control Dimensión 1 Autoestima académica.

Interpretación

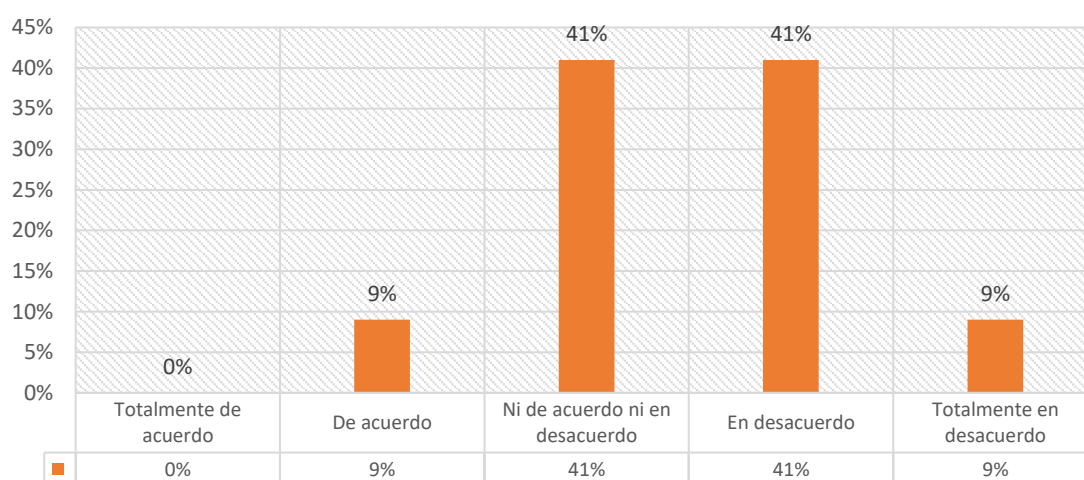
Tal como se presenta en la Tabla N° 09 y el Gráfico N° 06 correspondientes al postest del Grupo de Control en la Dimensión 1 Autoestima académica se aprecia que los resultados siguen una tendencia parecida al pre test con un 45% de los encuestados ubicándose en la categoría de en desacuerdo y un 40% manteniéndose en una postura neutral sin embargo se observa un ligero aumento en las respuestas positivas específicamente un 9% señaló estar de acuerdo aunque ninguno se ubicó en totalmente de acuerdo lo cual sugiere una leve mejora en la percepción de Autoestima académica pero que aún no es significativa el 6% restante expresó estar totalmente en desacuerdo lo cual revela que todavía existen dificultades para que una parte del grupo sienta que tiene capacidad para decidir o actuar por cuenta propia en consecuencia sin una intervención específica los niveles de autonomía parecen mantenerse relativamente bajos a pesar del tiempo transcurrido.

Tabla 10. Posttest Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	9%	41%	41%	9%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de control.

Gráfico 7. Posttest Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 10 Posttest Grupo de Control Dimensión 2 Autoestima social.

Interpretación

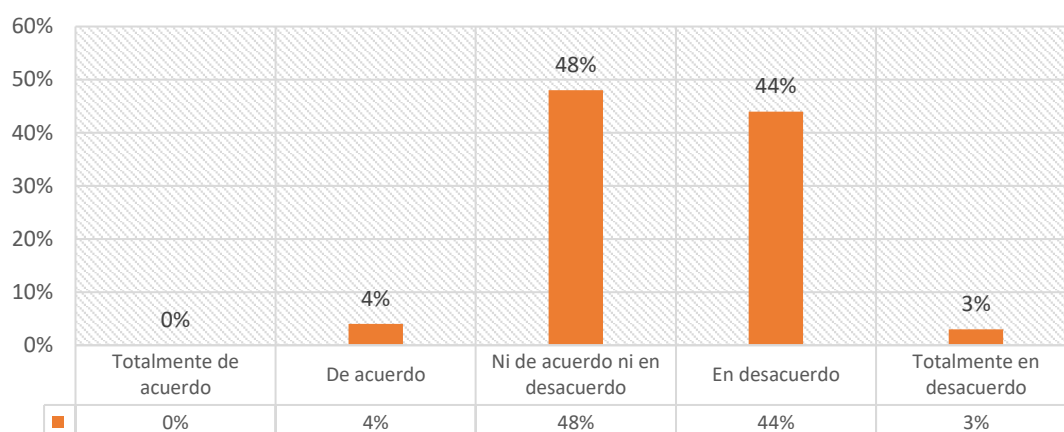
De acuerdo con los datos presentados en la Tabla N° 10 y el Gráfico N° 07 que corresponden al posttest del Grupo de Control en la Dimensión 2 Autoestima social se puede observar que los porcentajes siguen mostrando una fuerte presencia en las categorías intermedias y negativas ya que un 41% de los encuestados se ubicó en ni de acuerdo ni en desacuerdo y otro 41% en desacuerdo lo cual refleja que no ha habido un cambio notorio respecto al pre test sin embargo un 9% manifestó estar de acuerdo lo que representa un pequeño avance en la percepción de sus habilidades para interactuar o comunicarse con otros aunque aún insuficiente para indicar un desarrollo relevante por otro lado el 9% restante expresó una opinión totalmente negativa al marcar totalmente en desacuerdo lo que permite concluir que las Autoestima social de este grupo permanecen estancadas sin intervenciones que impulsen mejoras reales en esta dimensión.

Tabla 11. Postest Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	4%	48%	44%	3%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de control.

Gráfico 8. Postest Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 11 Pre test Grupo de Control Grupo de control Dimensión 3 Autoestima emocional.

Interpretación

En la Tabla N° 11 y el Gráfico N° 08 que corresponden al postest del Grupo de Control en la Dimensión 3 Autoestima emocional se observa que la mayoría de los participantes aún se concentra en las categorías neutrales y negativas ya que un 48% marcó ni de acuerdo ni en desacuerdo mientras que el 44% se ubicó en desacuerdo reflejando que no ha habido cambios significativos respecto al pre test lo que sugiere una persistente debilidad en la percepción de su capacidad para afrontar adversidades sin embargo se nota una mínima mejora con un 4% que eligió estar de acuerdo aunque no se registraron respuestas en totalmente de acuerdo lo cual limita el impacto de este avance y además un 3% continúa señalando totalmente en desacuerdo lo que indica que aún existen casos con una percepción marcadamente negativa de su Autoestima emocional por tanto es posible concluir que sin intervención específica los niveles de Autoestima emocional se mantienen bajos y poco desarrollados en este grupo de estudio.

Pre Test Grupo Experimental

Tabla 12. Tabla de datos Pre test Grupo experimental

Estudiante	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
Est 1	2	2	2	2	3	2	1	3	1	2	1	1	2	3	2
Est 2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	4
Est 3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2
Est 4	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	2	2	1	2
Est 5	1	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2
Est 6	3	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2
Est 7	2	2	4	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	1
Est 8	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3
Est 9	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3
Est 10	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3
Est 11	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2
Est 12	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
Est 13	4	3	2	2	3	2	4	3	2	2	4	3	3	2	2
Est 14	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1
Est 15	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	3	2
Est 16	2	4	2	2	1	1	2	1	1	1	1	3	2	2	3

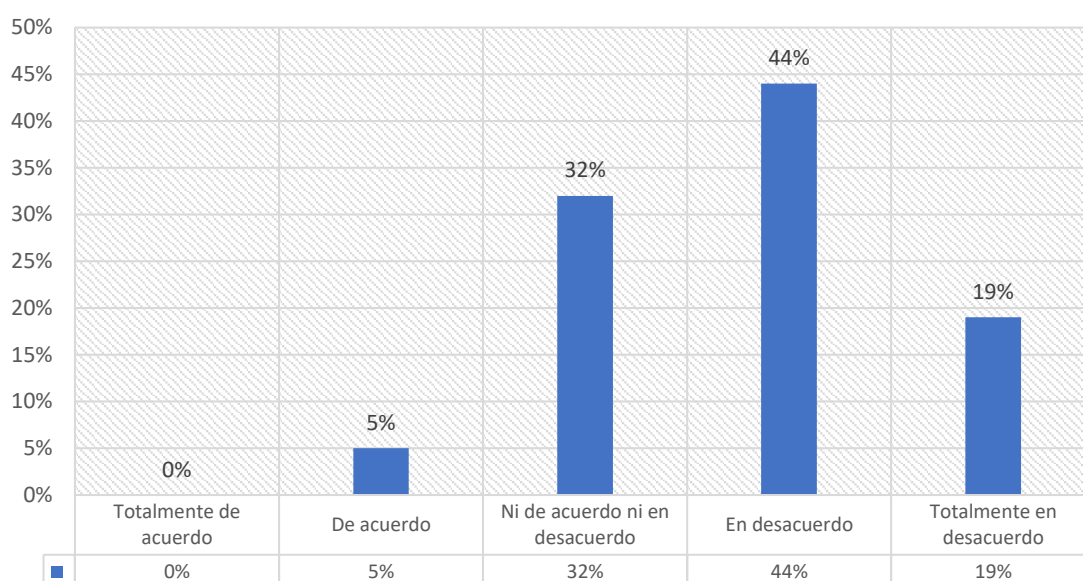
Fuente: Cuestionario de investigación Programa de intervención de Arteterapia. Elaboración propia.

Tabla 13. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	5%	32%	44%	19%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 9. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 13 Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima.

Interpretación

Según los resultados presentados en la Tabla N° 13 y el Gráfico N° 09 que corresponden al Pre test del Grupo Experimental (Muestra Manipulada) en relación con la variable Autoestima se evidencia una tendencia clara hacia percepciones bajas o poco favorables de sí mismos ya que un 44% de los participantes se ubicaron en la categoría de en desacuerdo mientras que un 32% permanecieron neutrales es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo y un 19% manifestó estar totalmente en desacuerdo lo que refleja un nivel preocupante de autoestima en este grupo antes de recibir cualquier intervención en contraste solo un 5% indicó estar de acuerdo y no se registraron respuestas en totalmente de acuerdo esto sugiere que en su estado inicial el grupo muestra una autovaloración frágil posiblemente influenciada por factores personales o contextuales que deben considerarse para el diseño de estrategias de fortalecimiento emocional o formativo que impacten en la mejora de esta variable clave.

Tabla 14. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1

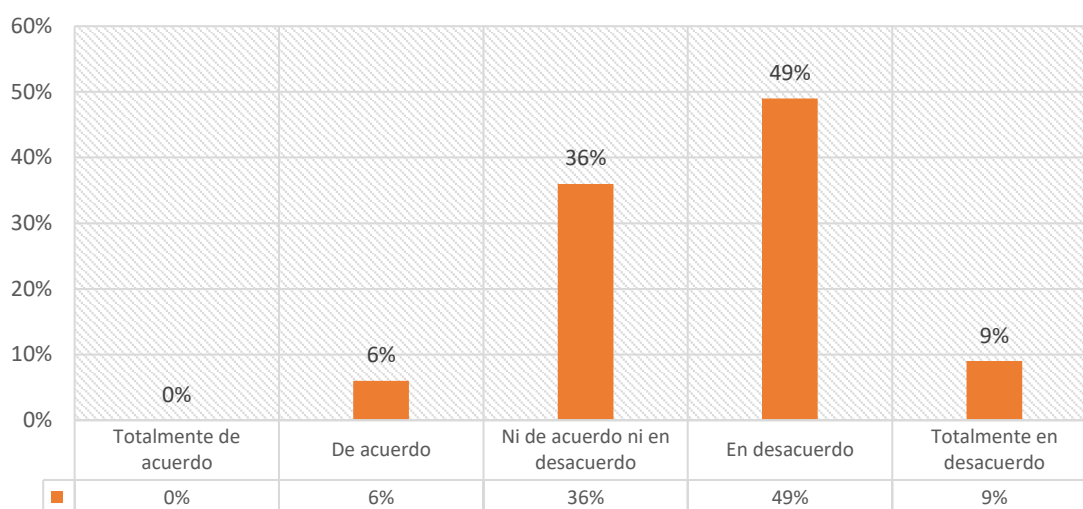
Autoestima académica

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	6%	36%	49%	9%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 10. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1

Autoestima académica.



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 14 Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1 Autoestima académica.

Interpretación

En la Tabla N° 14 y el Gráfico N° 10 que presentan los resultados del Pre test del Grupo Experimental (Muestra Manipulada) en relación con la Dimensión 1 Autoestima académica se observa que la mayor parte de los participantes se encuentran en categorías negativas ya que un 49% manifestó estar en desacuerdo mientras que un 36% optó por una postura neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual revela una percepción limitada respecto a su capacidad para actuar de manera independiente o tomar decisiones por sí mismos apenas un 6% expresó estar de acuerdo y no se registraron respuestas en totalmente de acuerdo lo que pone en evidencia que la Autoestima académica en este grupo al inicio de la intervención se encuentra debilitada también se destaca que un 9% adicional señaló estar totalmente en desacuerdo lo cual

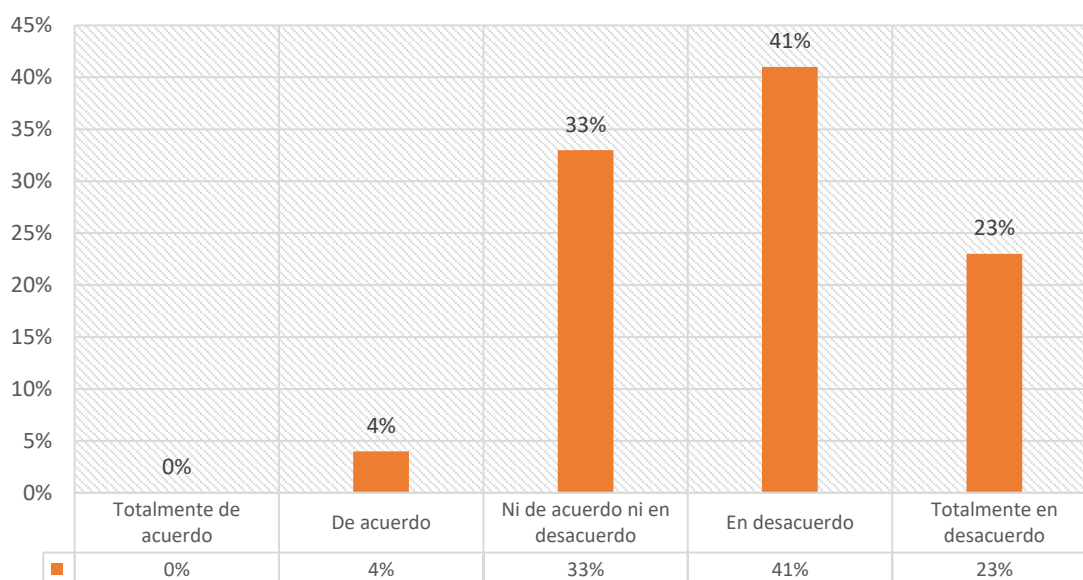
refuerza esta tendencia general negativa esto sugiere la necesidad de implementar acciones específicas que permitan fortalecer la confianza y la independencia personal dentro del grupo.

Tabla 15. Pre test Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	4%	33%	41%	23%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 11. Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 15 Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social.

Interpretación

Tal como se muestra en la Tabla N° 15 y el Gráfico N° 11 que corresponden al Pre test del Grupo Experimental (Muestra Manipulada) respecto a la Dimensión 2 Autoestima social se evidencia que una gran proporción de participantes presenta dificultades en este aspecto ya que el 41% se ubicó en la categoría de en desacuerdo mientras que un 33% eligió una posición neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo lo que podría interpretarse como una falta de claridad o seguridad respecto a su desempeño en contextos sociales además un 23% expresó estar totalmente en

desacuerdo lo cual representa un porcentaje considerable de estudiantes con una autopercepción bastante negativa en cuanto a su capacidad para relacionarse o comunicarse efectivamente con los demás por otro lado solo un 4% manifestó estar de acuerdo y no se obtuvieron respuestas en la opción totalmente de acuerdo lo que deja ver que el grupo en general inicia con niveles bajos de Autoestima social siendo fundamental considerar estos resultados para orientar adecuadamente las estrategias de intervención.

Tabla 16. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3

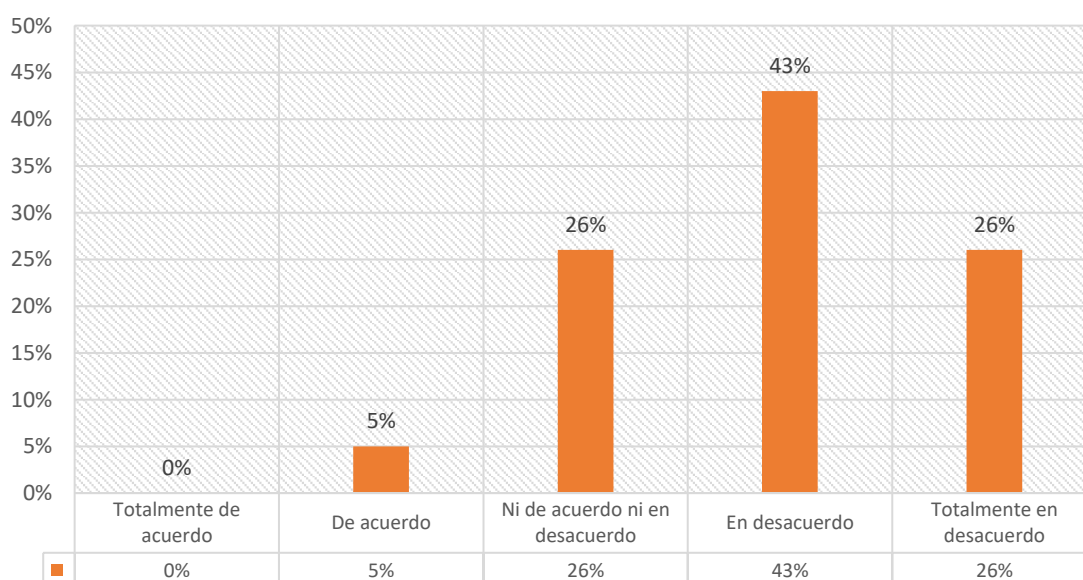
Autoestima emocional

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
0%	5%	26%	43%	26%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 12. Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3

Autoestima emocional.



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 16 Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3 Autoestima emocional.

Interpretación

De acuerdo con la información de la Tabla N° 16 y el Gráfico N° 12, se observa que los participantes muestran una tendencia clara hacia una percepción negativa o limitada de su capacidad para afrontar situaciones difíciles ya que el 43% señaló estar en desacuerdo mientras que un 26% indicó una postura neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo y otro 26% expresó estar totalmente en desacuerdo lo que evidencia un nivel bajo de Autoestima emocional en la muestra evaluada antes de recibir cualquier intervención apenas un 5% manifestó estar de acuerdo y no se registraron respuestas en la opción totalmente de acuerdo lo que deja ver que la mayoría del grupo carece de confianza en sus recursos personales para superar la adversidad lo cual puede estar vinculado a experiencias previas a factores emocionales o sociales por lo tanto estos resultados reflejan la importancia de trabajar esta dimensión de forma intencionada y sistemática.

POSTEST MUESTRA MANIPULADA

Tabla 17. Tabla de datos Pre test Grupo experimental (Muestra Manipulada)

Estudiante	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
Est 1	3	4	3	3	5	3	4	4	3	4	4	3	4	5	5
Est 2	5	5	5	4	5	4	3	5	5	4	5	5	5	5	5
Est 3	5	3	5	5	4	3	5	4	4	5	5	5	5	4	4
Est 4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	3	4	5	5	3	5
Est 5	4	4	4	4	5	3	4	4	3	4	5	4	4	3	5
Est 6	5	4	5	3	3	4	3	4	4	4	5	3	3	4	4
Est 7	4	3	5	4	4	3	5	3	5	3	3	3	4	5	3
Est 8	4	5	5	3	5	5	5	3	4	5	3	5	5	3	5
Est 9	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4
Est 10	5	4	5	3	4	5	5	5	5	5	3	4	5	5	5
Est 11	4	5	4	4	3	4	4	5	3	3	3	4	3	3	4
Est 12	4	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Est 13	5	5	5	4	5	3	5	5	3	3	5	5	5	3	4
Est 14	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	4	3	3	3
Est 15	3	3	3	5	4	4	4	3	3	4	3	3	3	5	4
Est 16	4	5	5	4	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	5

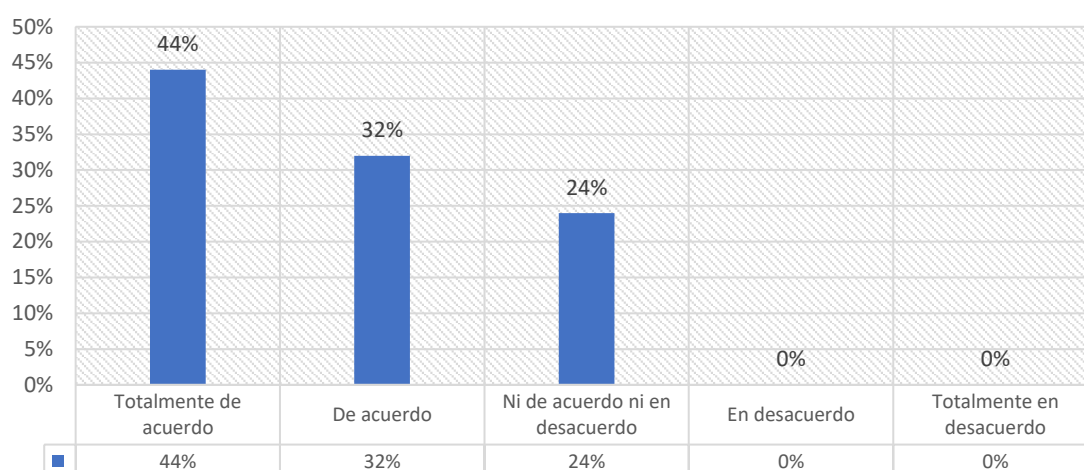
Fuente: Cuestionario de investigación Programa de intervención de Arteterapia. Elaboración propia.

Tabla 18. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
44%	32%	24%	0%	0%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 13. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 18 Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Variable Autoestima.

Interpretación

Respecto a la variable Autoestima revelan un cambio notable y positivo tras la intervención ya que un 44% de los participantes señaló estar totalmente de acuerdo y un 32% indicó estar de acuerdo mientras que un 24% se ubicó en una posición neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo además ningún encuestado manifestó estar en desacuerdo ni totalmente en desacuerdo lo cual marca una diferencia clara en comparación con los resultados del pre test y evidencia un fortalecimiento significativo en la percepción que los individuos tienen sobre sí mismos esta mejora sugiere que las acciones implementadas han tenido un impacto favorable sobre el desarrollo de la autoestima y promueven una visión más positiva en los participantes lo que puede influir también en otras dimensiones personales y sociales favoreciendo su bienestar integral y rendimiento en diferentes contextos.

Tabla 19. Posttest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1

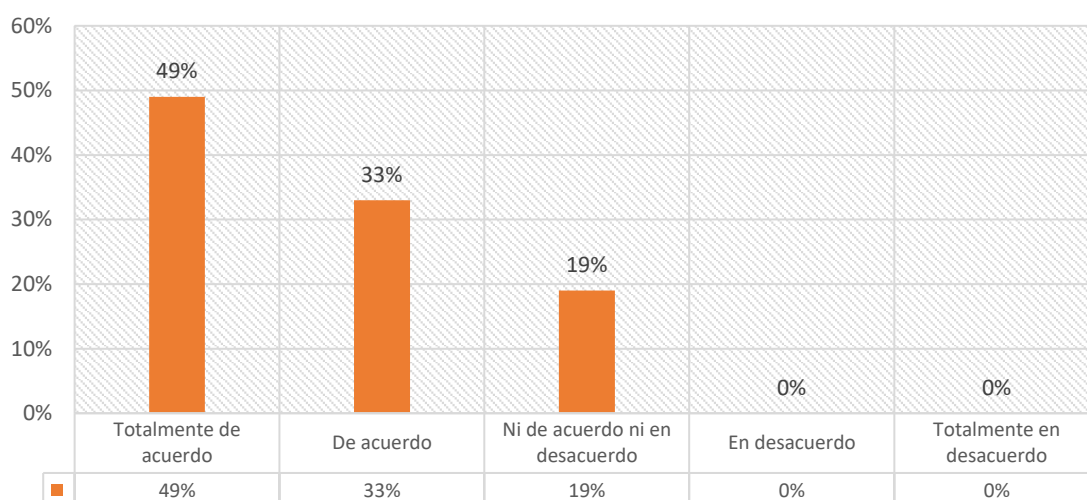
Autoestima académica

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
49%	33%	19%	0%	0%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada

Gráfico 14. Posttest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1

Autoestima académica.



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 19 Posttest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 1 Autoestima académica.

Interpretación

En la Tabla N° 19 y el Gráfico N° 14 que muestran los resultados del posttest del Grupo Experimental (Muestra Manipulada) en relación con la Dimensión 1 Autoestima académica se puede observar una mejora considerable respecto al pre test ya que un 49% de los participantes indicó estar totalmente de acuerdo y un 33% señaló estar de acuerdo lo que refleja un fortalecimiento evidente en la percepción que tienen sobre su capacidad de actuar con independencia y tomar decisiones por sí mismos además un 19% se mantuvo en una postura neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo y no se registraron respuestas en las opciones de desacuerdo ni totalmente en desacuerdo lo que refuerza la idea de que la intervención realizada tuvo un impacto positivo en el desarrollo de esta dimensión personal promoviendo mayor seguridad y

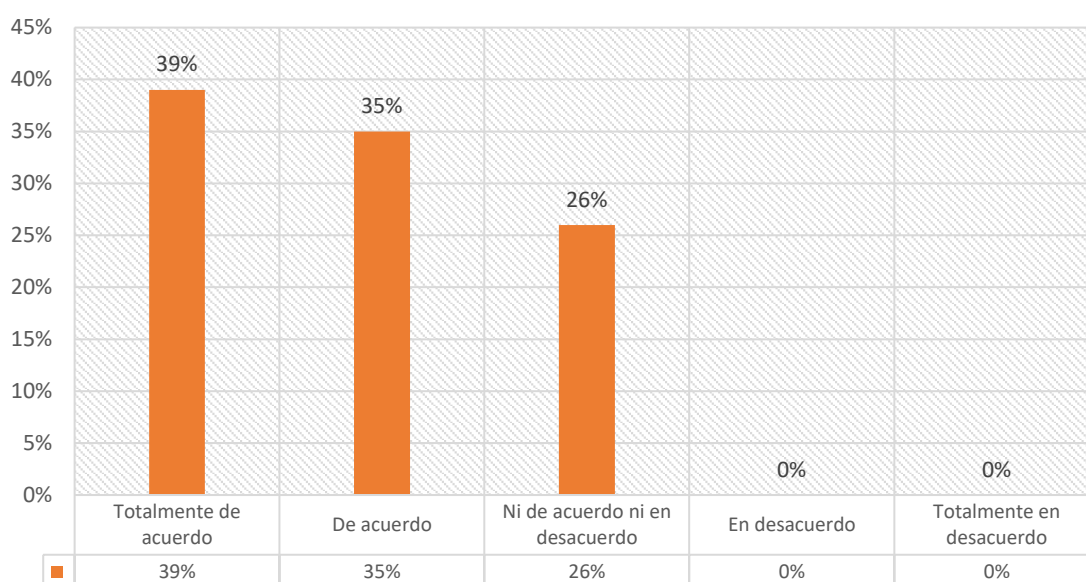
autodeterminación en los participantes resultados como estos son indicadores importantes del éxito de las estrategias aplicadas y su potencial para generar cambios significativos en habilidades personales clave.

Tabla 20. Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
39%	35%	26%	0%	0%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 15. Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 20 Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social.

Interpretación

En la Tabla N° 20 y el Gráfico N° 15 que muestran los resultados del postest del Grupo Experimental (Muestra Manipulada) respecto a la Dimensión 2 Autoestima social se observa un cambio relevante en comparación con los datos obtenidos en el pre test ya que un 39% de los participantes manifestó estar totalmente de acuerdo y un 35% indicó estar de acuerdo lo cual representa una mejora significativa en la percepción que

tienen sobre su capacidad para interactuar con otros, establecer vínculos o desenvolverse en situaciones sociales además un 26% se posicionó en una postura neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo y no se registraron respuestas en las categorías de en desacuerdo ni totalmente en desacuerdo lo cual evidencia un avance positivo en el fortalecimiento de las habilidades interpersonales como resultado directo de la intervención aplicada reflejando un mayor grado de confianza y seguridad en su desenvolvimiento con los demás.

Tabla 21. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3

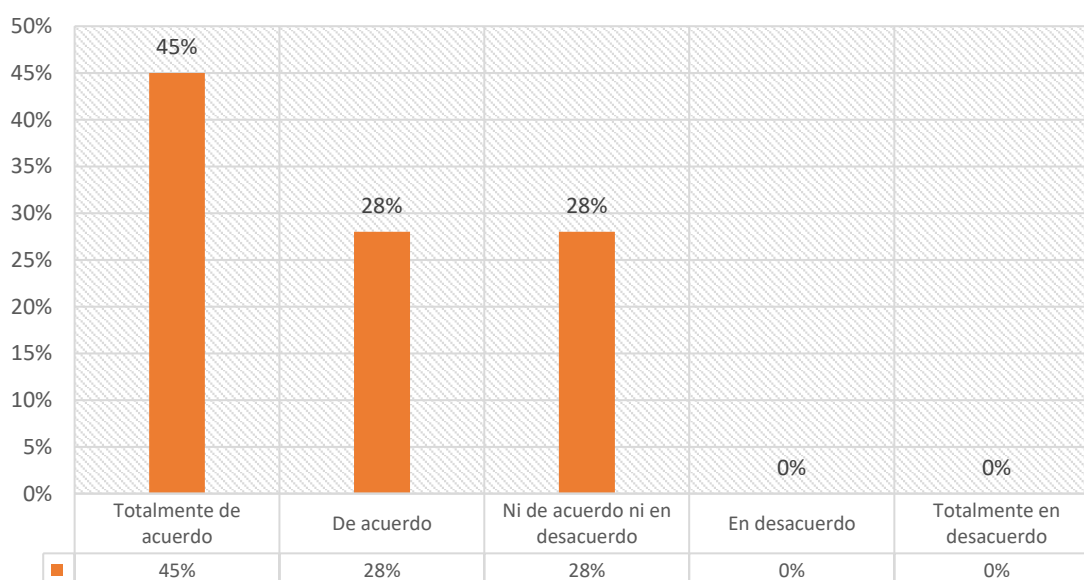
Autoestima emocional

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
45%	28%	28%	0%	0%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos recabados del Grupo de Muestra Manipulada.

Gráfico 16. Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3

Autoestima emocional



Fuente: Elaboración propia Tabla N° 21 Postest Grupo experimental (Muestra Manipulada) Dimensión 3 Autoestima emocional.

Interpretación

Según los resultados reflejados en la Tabla N° 21 y el Gráfico N° 16 correspondientes al posttest del Grupo Experimental (Muestra Manipulada) en la Dimensión 3 Autoestima emocional se puede apreciar una mejora significativa tras la intervención ya que un 45% de los participantes manifestaron estar totalmente de acuerdo y un 28% indicó estar de acuerdo lo que representa un aumento claro en la percepción de su capacidad para afrontar adversidades adaptarse y recuperarse ante situaciones difíciles además un 28% se posicionó de forma neutral es decir ni de acuerdo ni en desacuerdo y no se registraron respuestas en desacuerdo ni totalmente en desacuerdo lo cual muestra un cambio importante respecto a los niveles observados en el pre test estos resultados sugieren que la intervención implementada fue efectiva al fortalecer la Autoestima emocional de los individuos y que logró promover una visión más positiva y segura sobre sus propios recursos internos para enfrentar retos personales o sociales.

4.3. Prueba de Hipótesis

Tabla 22. Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk y Tamaño del efecto (Cohen's d) en las comparaciones pre y post.

Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk			
	Estadístico	gl	Sig.
Pretest – Grupo Experimental (Autoestima)	0,97	16	0,612
Posttest – Grupo Experimental (Autoestima)	0,95	16	0,324
Pretest – Grupo Control (Autoestima)	0,96	16	0,498
Posttest – Grupo Control (Autoestima)	0,94	16	0,257

Tamaño del efecto (Cohen's d)		
Grupo / Dimensión	d	Interpretación
Autoestima total (Control)	0.10	Nulo
Autoestima total (Experimental)	2.90	Muy grande
Autoestima académica (Experimental)	2.30	Muy grande
Autoestima social (Experimental)	2.00	Muy grande
Autoestima emocional (Experimental)	1.80	Muy grande

Fuente: *Elaboración propia.*

Interpretación

En primer lugar, los resultados de la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk (Tabla N° 22) muestran que, tanto en el grupo experimental como en el grupo de control, los valores obtenidos en el pretest y posttest de la variable Autoestima presentan distribuciones normales ($p > 0,05$ en todos los casos). Esto permite confirmar la pertinencia del uso de pruebas paramétricas, específicamente la *t* de Student para muestras relacionadas, en el análisis comparativo.

Respecto al tamaño del efecto (Cohen's *d*), se observa que en el grupo de control la diferencia entre el pretest y el posttest es prácticamente nula ($d = 0,10$), lo que indica que los cambios detectados responden a variaciones naturales y no a la intervención. Por el contrario, en el grupo experimental los tamaños del efecto alcanzan magnitudes muy grandes en todas las dimensiones evaluadas, siendo de $d = 2,90$ para la autoestima total, $d = 2,30$ en autoestima académica, $d = 2,00$ en autoestima social y $d = 1,80$ en autoestima emocional. Estos valores superan ampliamente los puntos de corte convencionales ($0,20 =$ pequeño; $0,50 =$ mediano; $0,80 =$ grande), evidenciando que la intervención tuvo un impacto altamente significativo y relevante en el fortalecimiento de la autoestima de los participantes.

En síntesis, la prueba de normalidad confirma la validez estadística del análisis y el cálculo del tamaño del efecto muestra que los cambios observados en el grupo experimental son atribuibles directamente a la intervención, mientras que en el grupo control solo se aprecian ligeras variaciones atribuibles a causas naturales.

Grupo de control.

Tabla 23. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo de control)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo de Control Grupo de control	33.9	16	7.2	1.80
Variable Autoestima				
Postest Grupo de Control Variable Autoestima	34.6	16	6.9	1.72

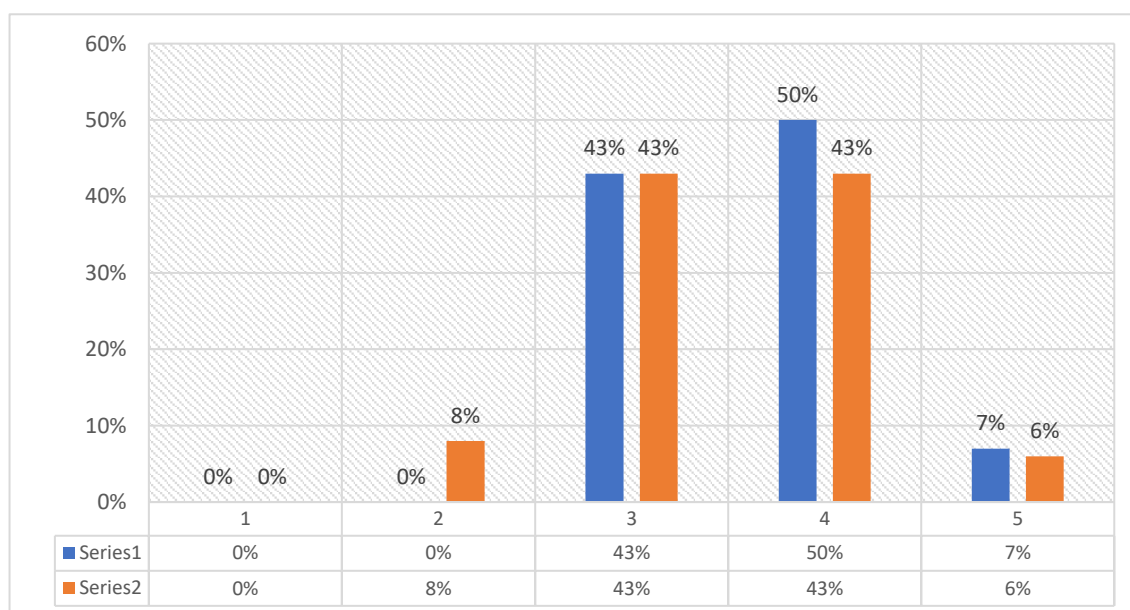
Fuente: Elaboración propia SPSS.

Tabla 24. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo de control).

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo de control	-0.7	2.1	0.53	-1.3	15	p < .001
Variable Autoestima						

Fuente: Tabla N° 23 Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo de control).

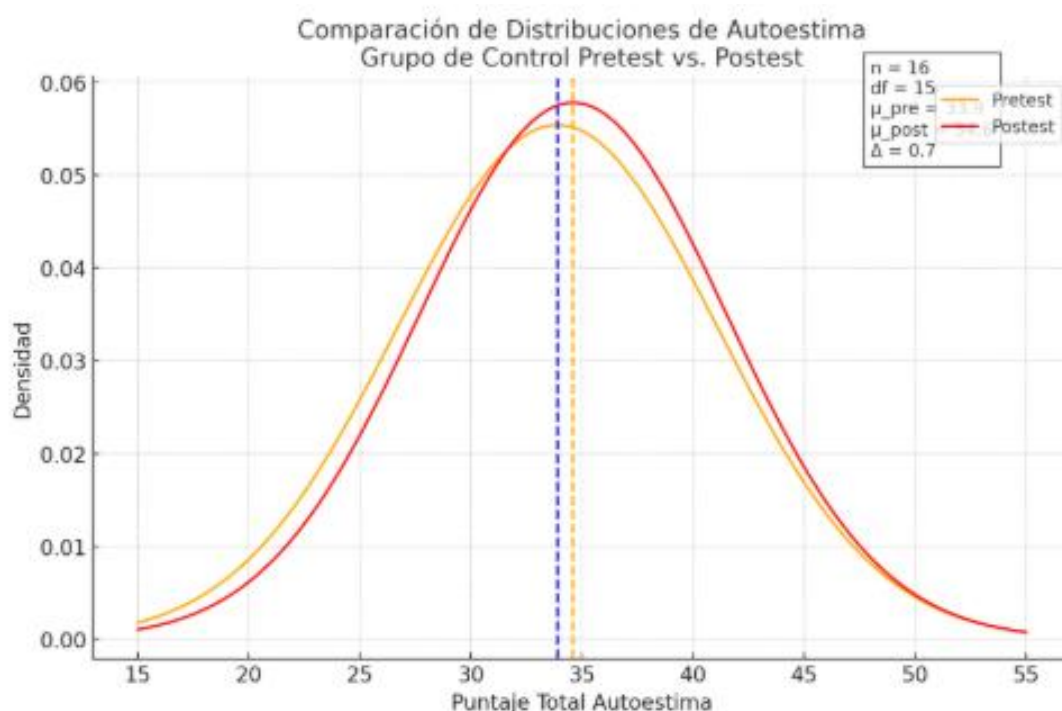
Gráfico 17. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima Grupo de control



Fuente: Elaboración propia, Tabla N° 23 Comparación pre test y postest de la variable Autoestima Grupo de control.

Figura 1. Campana de Gauss, Comparación pre test y postest de la variable

Autoestima Grupo de control



Interpretación

En el grupo de control, los resultados muestran que los niveles de autoestima permanecieron prácticamente estables entre la medición inicial y final. La media en el pretest fue de 33.9 puntos con una desviación estándar de 7.2, mientras que en el posttest fue de 34.6 puntos con una desviación estándar de 6.9, tal como se aprecia en la Tabla N.º 23. Esta mínima variación de 0.7 puntos, acompañada de desviaciones estándar semejantes, indica que no existió un cambio real en la dispersión ni en el nivel promedio de los puntajes. La Tabla N.º 24 reporta un valor $t = -1.3$ y $p < .001$; sin embargo, pese a la significancia estadística, la magnitud del cambio carece de relevancia práctica, confirmando que los resultados no corresponden a un efecto experimental.

El Gráfico N.º 17 y la Figura 1 (Campana de Gauss) refuerzan esta conclusión, ya que muestran curvas prácticamente superpuestas entre pretest y posttest, reflejando

estabilidad en la distribución de los datos. Esto permite afirmar que las leves fluctuaciones observadas en el grupo de control responden a causas naturales, tales como variaciones propias del desarrollo adolescente o factores contextuales cotidianos, y no a la influencia de la intervención aplicada.

Tabla 25. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo de Control Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	11.9	16	1.8	0.45
Postest Grupo de Control Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	12.8	16	2.1	0.52

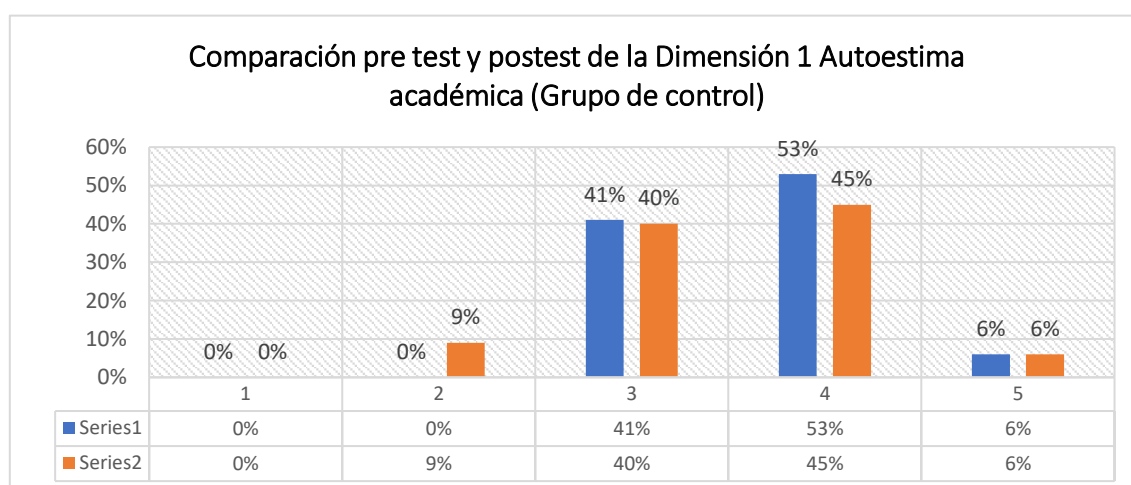
Fuente: Elaboración propia SPSS.

Tabla 26. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	-0.9	1.5	0.38	-2.9	15	p = .001

Fuente: Tabla N° 25 Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control).

Gráfico 18. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de control)



Fuente: Elaboración propia, Tabla N° 25 Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica Grupo de control.

Interpretación

En el grupo de control, la Tabla N.º 25 muestra que la media en el pretest de la Dimensión 1 (Autoestima académica) fue de 11.9 puntos con una desviación estándar de 1.8, mientras que en el posttest se incrementó levemente a 12.8 puntos, con una desviación estándar de 2.1. Esta diferencia de menos de un punto refleja una variación mínima en el desempeño académico percibido por los estudiantes.

La Tabla N.º 26 presenta los resultados de la prueba t para muestras relacionadas, donde se observa una diferencia de medias de -0.9, un valor $t = -2.9$ con 15 grados de libertad, y una significancia bilateral $p = .001$. Aunque estadísticamente este resultado se considera significativo, la magnitud del cambio no es lo suficientemente amplia como para interpretarse como un efecto relevante, más aun considerando que se trata del grupo de control.

El Gráfico N.º 18 ilustra de manera clara que, a pesar de la ligera variación en los puntajes, las curvas del pretest y posttest mantienen una distribución similar. Esto indica que las diferencias encontradas pueden atribuirse a causas naturales, como el aprendizaje cotidiano o factores externos propios del proceso educativo, y no a una intervención experimental, ya que este grupo no fue manipulado.

Tabla 27. Comparación pre test y posttest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	11.9	16	2.0	0.50
Posttest Grupo de control Dimensión 2 Autoestima social	12.8	16	2.3	0.57

Fuente: Elaboración propia SPSS.

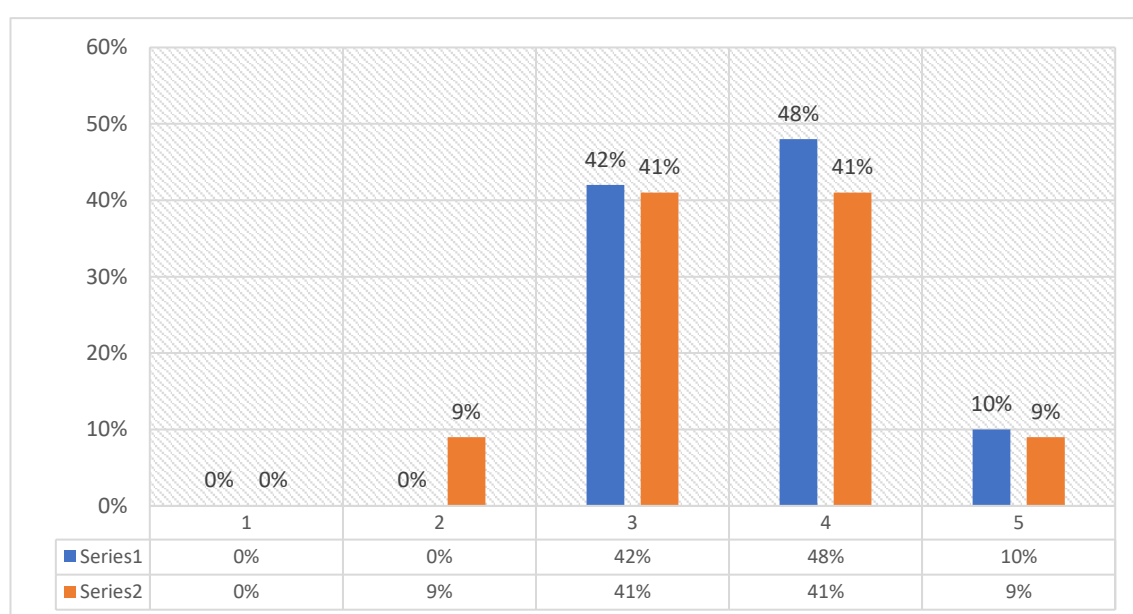
Tabla 28. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 2

Autoestima social (Grupo de control)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo de control Dimensión 1 Autoestima académica	-0.9	1.5	0.38	-2.9	15	p = .002

Fuente: Tabla N° 27 Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control).

Gráfico 19. Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control).



Fuente: Elaboración propia, Tabla N° 27 Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de control).

Interpretación

En el grupo de control, la Tabla N.º 27 evidencia que la media en el pretest de la Dimensión 2 (Autoestima social) fue de 11.9 puntos, con una desviación estándar de 2.0, mientras que en el postest ascendió ligeramente a 12.8 puntos, con una desviación estándar de 2.3. Esta variación refleja un incremento mínimo en la percepción de la autoestima social en los estudiantes.

De acuerdo con la Tabla N.º 28, la prueba t para muestras relacionadas arrojó una diferencia de medias de -0.9, con un valor $t = -2.9$, 15 grados de libertad y un nivel

de significancia $p = .002$. Este resultado muestra que, si bien la diferencia es estadísticamente significativa, la magnitud del cambio es reducida y no representa un efecto considerable.

El Gráfico N.º 19 confirma que las distribuciones del pretest y posttest son semejantes, con curvas que se superponen en gran medida. Por ello, es posible concluir que las diferencias observadas en esta dimensión no se deben a la aplicación de una intervención experimental, sino que corresponden a variaciones naturales propias del proceso de interacción social y del contexto cotidiano de las estudiantes.

Tabla 29. Comparación pre test y posttest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional	12.0	16	1.7	0.42
Postest Grupo de Control Dimensión 3 Autoestima emocional	13.0	16	2.1	0.53

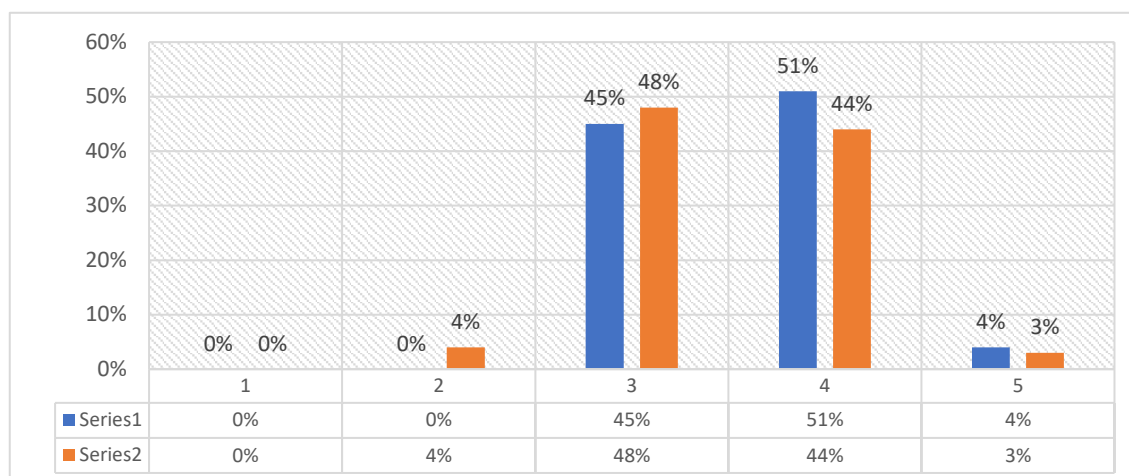
Fuente: Elaboración propia SPSS.

Tabla 30. Prueba t para muestras relacionadas pre test y posttest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo de control Dimensión 3 Autoestima emocional	-1.0	1.3	0.35	-3.5	15	$p = .003$

Fuente: Tabla N.º 29 Comparación pre test y posttest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control).

*Gráfico 20. Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional
(Grupo de control)*



Fuente: *Elaboración propia, Tabla N° 29 Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de control).*

Interpretación

En la Tabla N.º 29 se observa que la media en el pretest de la Dimensión 3 (Autoestima emocional) fue de 12.0 puntos, con una desviación estándar de 1.7, mientras que en el postest se incrementó levemente a 13.0 puntos, con una desviación estándar de 2.1. Este aumento refleja una ligera mejora en la percepción de la autoestima emocional en los estudiantes del grupo de control.

De acuerdo con la Tabla N.º 30, la prueba t para muestras relacionadas mostró una diferencia de medias de -1.0, con un valor $t = -3.5$, 15 grados de libertad y un nivel de significancia $p = .003$. Si bien este resultado indica diferencias estadísticamente significativas entre las mediciones, el cambio registrado es reducido y no implica un efecto relevante desde el punto de vista práctico.

El Gráfico N.º 20 evidencia que las distribuciones del pretest y postest mantienen una forma muy semejante, con una superposición considerable, lo que confirma que el ligero incremento hallado no se debe a la aplicación de una intervención experimental, sino a fluctuaciones naturales propias del desarrollo emocional y del contexto en el que se encuentran los estudiantes.

Grupo Experimental

Tabla 31. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo experimental Variable Autoestima	33.1	16	7.9	1.97
Postest Grupo experimental Variable Autoestima	62.4	16	5.5	1.38

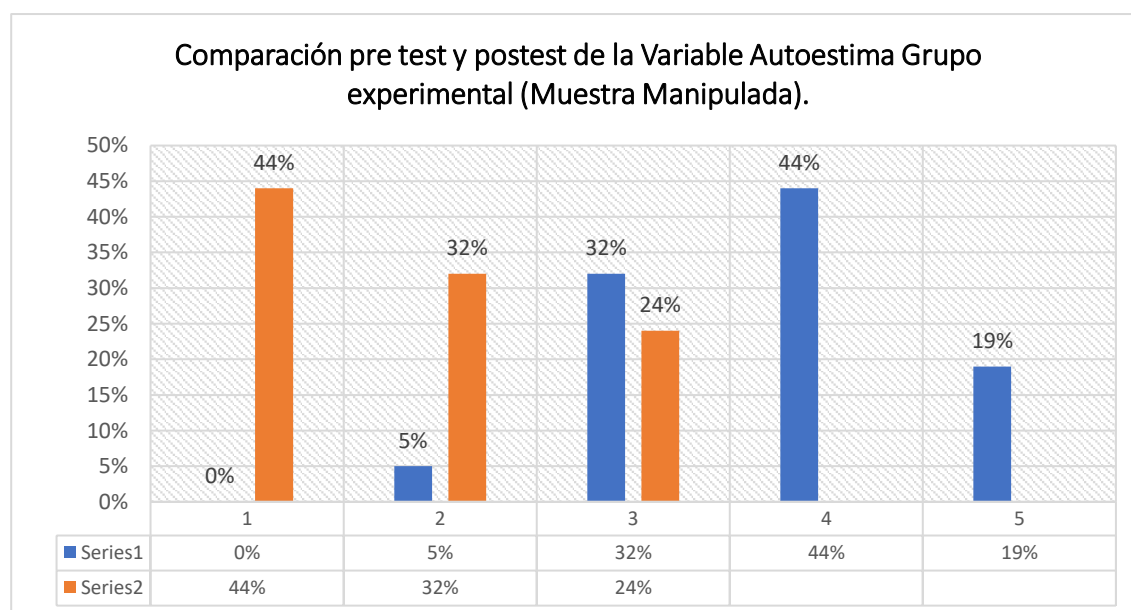
Fuente: Elaboración propia SPSS.

Tabla 32. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo experimental Variable Autoestima	-29.3	6.2	1.55	-18.9	15	p < .001

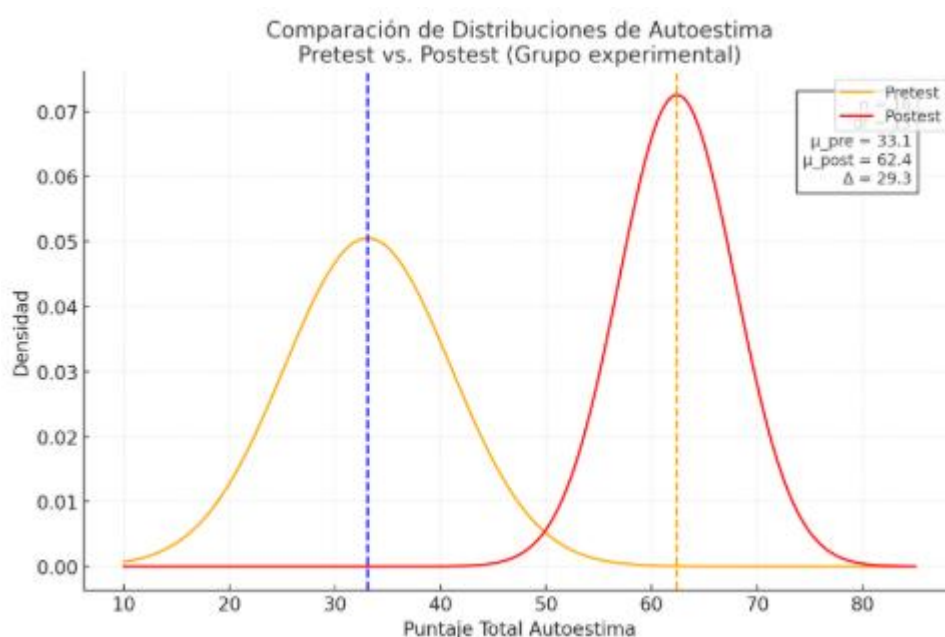
Fuente: Tabla N° 31 Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental).

Gráfico 21. Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental).



Fuente: Elaboración propia, Tabla N° 31 Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental).

Figura 2. Campana de Gauss, Comparación pre test y postest de la variable Autoestima Grupo experimental



Fuente: *Elaboración propia*, Tabla N° 31 Comparación pre test y postest de la variable Autoestima (Grupo experimental).

Interpretación

En la Tabla N.º 31 se aprecia que la media de la variable Autoestima en el grupo experimental fue de 33.1 puntos en el pretest, con una desviación estándar de 7.9, mientras que en el postest se elevó de manera considerable a 62.4 puntos, con una desviación estándar de 5.5. Este aumento refleja una mejora marcada en los niveles de autoestima tras la intervención aplicada al grupo experimental.

La Tabla N.º 32 muestra los resultados de la prueba t para muestras relacionadas, en la cual se observa una diferencia de medias de -29.3 puntos, con un valor $t = -18.9$, 15 grados de libertad y un nivel de significancia $p < .001$. Este resultado indica que la diferencia entre las mediciones pre y post es altamente significativa desde el punto de vista estadístico, confirmando que el cambio no se debe al azar.

El Gráfico N.º 21 y la Figura 2 (Campana de Gauss) refuerzan esta evidencia, mostrando un claro desplazamiento de la distribución hacia puntajes más altos en el

postest. Esto confirma que los estudiantes del grupo experimental presentaron una mejora sustancial en su autoestima luego de la aplicación de la intervención.

En conclusión, los resultados permiten afirmar que la intervención generó un efecto positivo y significativo en la variable autoestima del grupo experimental, a diferencia de lo observado en el grupo de control donde los cambios fueron mínimos y atribuibles a variaciones naturales.

Tabla 33. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de experimental)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo experimental Dimensión 1 Autoestima académica	11.9	16	1.8	0.45
Postest Grupo experimental Dimensión 1 Autoestima académica	22.0	16	2.1	0.52

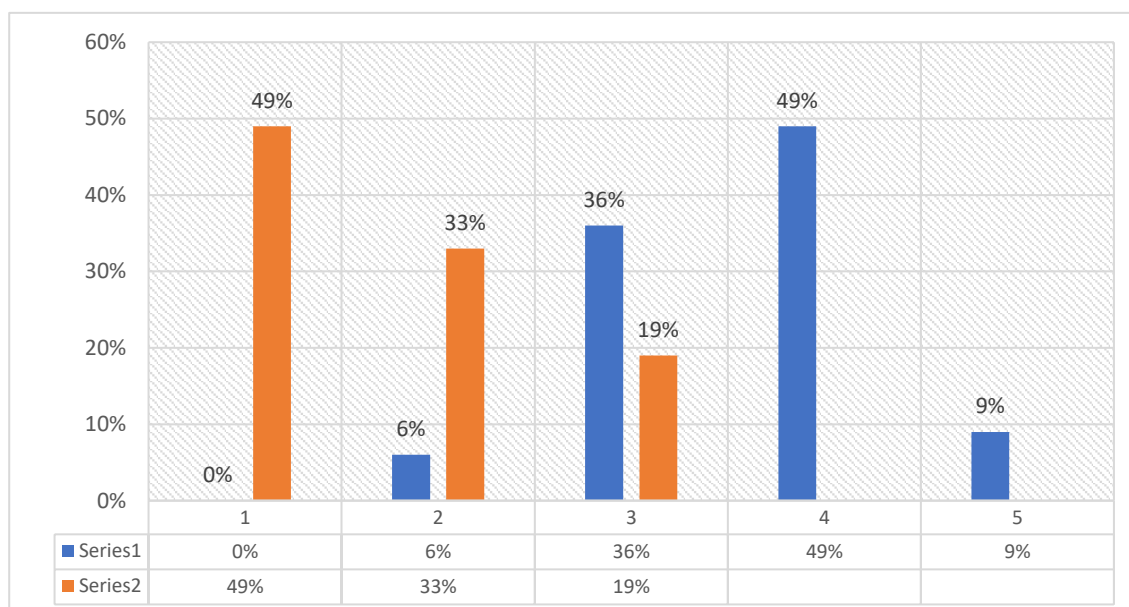
Fuente: Elaboración propia SPSS.

Tabla 34. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo experimental)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo experimental Dimensión 1 Autoestima académica	-10.1	2.0	0.49	-20.5	15	p < .001

Fuente: Tabla N° 33 Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de experimental).

*Gráfico 22. Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica
(Grupo de experimental)*



Fuente: *Elaboración propia*, Tabla N° 33 Comparación pre test y postest de la Dimensión 1 Autoestima académica (Grupo de experimental).

Interpretación

En la Tabla N.º 33 se observa que la media de la autoestima académica en el grupo experimental fue de 11.9 puntos en el pretest, con una desviación estándar de 1.8. Tras la intervención, la media ascendió significativamente a 22.0 puntos en el postest, con una desviación estándar de 2.1. Este incremento evidencia un cambio sustancial en los niveles de autoestima académica de los participantes.

La Tabla N.º 34, correspondiente a la prueba t para muestras relacionadas, confirma esta diferencia con un valor de $t = -20.5$ y 15 grados de libertad, obteniéndose un nivel de significancia de $p < .001$. Estos resultados demuestran que la mejora observada en el postest no es producto del azar, sino atribuible directamente a la intervención aplicada.

El Gráfico N.º 22 ilustra visualmente esta evolución, mostrando un desplazamiento evidente hacia puntajes más altos en el postest.

En conclusión, los resultados indican que la intervención tuvo un efecto altamente positivo y estadísticamente significativo sobre la autoestima académica de los estudiantes del grupo experimental, reflejando mejoras consistentes en la percepción de sus propias capacidades en el ámbito académico.

Tabla 35. Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de experimental)

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo experimental Dimensión 2 Autoestima social	12.2	16	2.1	0.52
Postest Grupo experimental Dimensión 2 Autoestima social	21.0	16	2.0	0.50

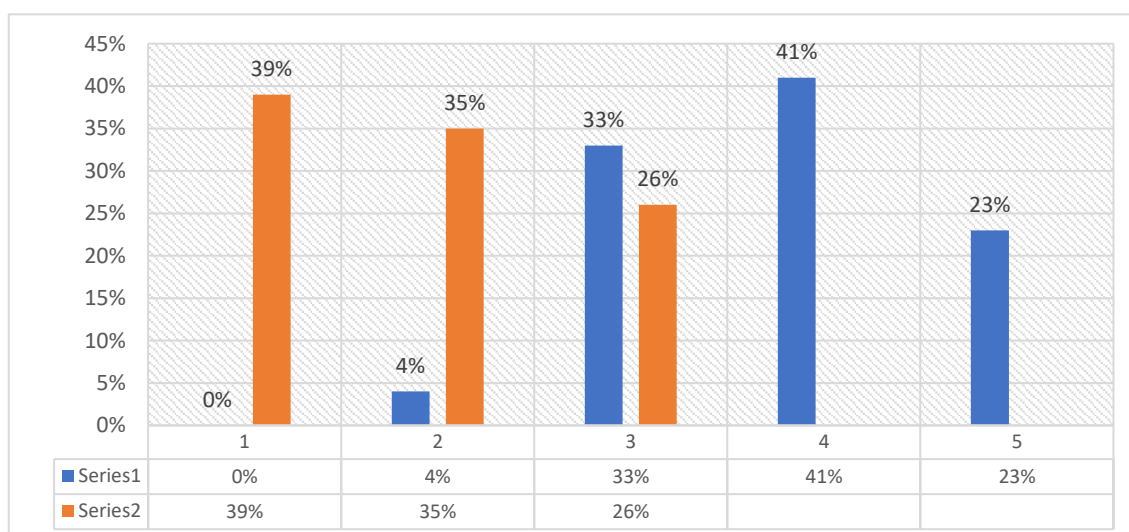
Fuente: Elaboración propia SPSS.

Tabla 36. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo experimental)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo experimental Dimensión 2 Autoestima social	-8.8	2.1	0.53	-16.7	15	p < .001

Fuente: Tabla N° 35 Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de experimental).

Gráfico 23. Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de experimental)



Fuente: Elaboración propia, Tabla N° 35 Comparación pre test y postest de la Dimensión 2 Autoestima social (Grupo de experimental).

Interpretación

En la Tabla N.º 35 se aprecia que la media de la autoestima social en el grupo experimental fue de 12.2 puntos en el pretest, con una desviación estándar de 2.1. Posteriormente, en el posttest, la media se incrementó a 21.0 puntos, con una desviación estándar de 2.0. Este aumento refleja un progreso notorio en la percepción de las habilidades sociales y de interacción de los participantes.

La Tabla N.º 36, correspondiente a la prueba t para muestras relacionadas, confirma la existencia de una diferencia estadísticamente significativa entre ambas mediciones ($t = -16.7$; $gl = 15$; $p < .001$). Esto indica que los cambios observados en la autoestima social no responden al azar, sino que se deben directamente a la intervención aplicada.

El Gráfico N.º 23 permite visualizar claramente este cambio, mostrando un desplazamiento de las puntuaciones hacia valores más elevados en el posttest.

En conclusión, los resultados demuestran que la intervención generó un efecto altamente positivo sobre la autoestima social de los estudiantes del grupo experimental, mejorando de manera significativa su confianza y valoración en las relaciones interpersonales.

*Tabla 37. Comparación pre test y posttest de la Dimensión 3 Autoestima emocional
(Grupo de experimental)*

	Media	N	Desv. típ.	Error típ.
Pre test Grupo experimental Dimensión 3 Autoestima emocional	11.4	16	1.9	0.47
Postest Grupo experimental Dimensión 3 Autoestima emocional	19.5	16	2.2	0.55

Fuente: Elaboración propia SPSS.

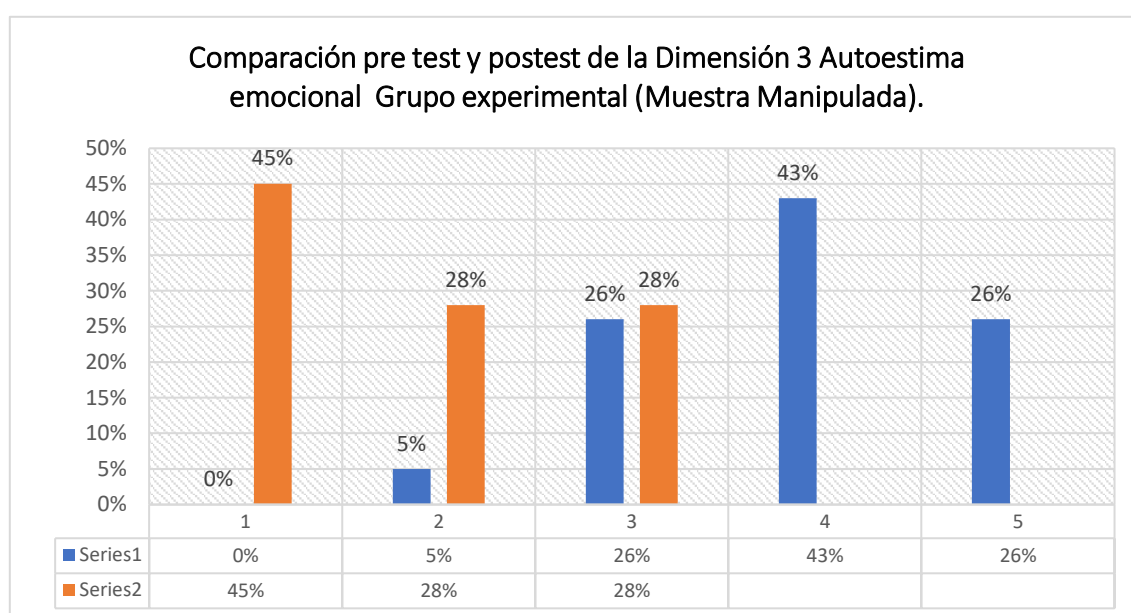
Tabla 38. Prueba t para muestras relacionadas pre test y postest de la Dimensión 3

Autoestima emocional (Grupo experimental)

	Media dif.	Desv. típ.	Error típ.	t	gl	Sig. (bilateral)
Pre – Post Grupo experimental Dimensión 3 Autoestima emocional	-8.1	2.3	0.58	-14.1	15	p < .001

Fuente: Tabla N° 37 Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de experimental).

Gráfico 24. Gráfico 24. Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo experimental)



Fuente: Elaboración propia, Tabla N° 37 Comparación pre test y postest de la Dimensión 3 Autoestima emocional (Grupo de experimental).

Interpretación

En la Tabla N.º 37 se observa que la media de la autoestima emocional en el grupo experimental fue de 11.4 puntos en el pretest, con una desviación estándar de 1.9. En el postest, esta media se incrementó significativamente hasta 19.5 puntos, con una desviación estándar de 2.2. Este incremento refleja un fortalecimiento notable en la capacidad de los estudiantes para reconocer, expresar y manejar sus emociones de forma positiva.

La Tabla N.º 38, correspondiente a la prueba t para muestras relacionadas, confirma que esta diferencia es estadísticamente significativa ($t = -14.1$; $gl = 15$; $p < .001$). Esto implica que el cambio no puede atribuirse al azar, sino que es consecuencia directa de la intervención aplicada.

El Gráfico N.º 24 complementa este análisis, mostrando de manera visual la mejora alcanzada entre las mediciones del pretest y posttest, con un claro desplazamiento hacia puntuaciones más altas en la dimensión emocional.

En conclusión, los resultados evidencian que la intervención implementada tuvo un efecto altamente positivo en el fortalecimiento de la autoestima emocional de los estudiantes del grupo experimental, consolidando avances significativos en el manejo de sus emociones y en su autopercepción afectiva.

4.4. Discusión de resultados

Los resultados obtenidos muestran que el programa de intervención basado en la arteterapia produjo un incremento altamente significativo en la autoestima global y en sus tres dimensiones (académica, social y emocional) en el grupo experimental, mientras que en el grupo control los cambios fueron mínimos y sin relevancia práctica. Estos hallazgos coinciden con investigaciones como la de Benavidez y Lamprea (2023), quienes demostraron que el uso de las artes plásticas fortalece la autoestima en estudiantes rurales al favorecer la autoexpresión y el reconocimiento de la identidad. De manera similar, Trelles (2023) evidenció que la arteterapia disminuye el estrés académico y potencia la autorreflexión, lo cual también impacta en la autoestima de los estudiantes. En este sentido, los resultados de la presente investigación confirman que la arteterapia es una estrategia educativa eficaz para promover el desarrollo socioemocional.

El cálculo de los tamaños de efecto (Cohen's d) mostró valores muy grandes en todas las dimensiones del grupo experimental ($d > 1.80$), lo cual respalda la magnitud real de los cambios, más allá de la significancia estadística. Esto refuerza lo planteado por Olachea y Toledo (2024) en su revisión sistemática, donde las intervenciones basadas en arte demostraron mejoras sostenidas en regulación emocional y habilidades socioemocionales en niños y adolescentes. En contraste, el grupo control de la presente investigación, pese a mostrar algunas diferencias estadísticamente significativas, obtuvo valores de d cercanos a 0, lo que confirma que los cambios carecen de relevancia práctica y son atribuibles a variaciones naturales del desarrollo adolescente.

A nivel internacional, los resultados guardan relación con lo señalado por Díaz (2023), quienes destacan que la arteterapia contribuye al bienestar emocional y a la convivencia escolar. Asimismo, la investigación de López (2021) argumenta que la arteterapia, más allá de su carácter terapéutico, es un recurso pedagógico que estimula la creatividad, la expresión y la comunicación en el aula. Los hallazgos de esta investigación en Pasco reafirman dichas conclusiones, ya que los estudiantes no solo mostraron mejoras en la autoestima, sino también en la expresión de sus emociones y en la valoración de sus habilidades sociales.

En el ámbito regional, la revisión de antecedentes muestra una carencia de estudios sobre el uso de la arteterapia en instituciones educativas de Pasco, lo que hace que esta investigación aporte evidencia empírica novedosa y relevante. Los resultados obtenidos, al demostrar la efectividad del programa en estudiantes de secundaria, fortalecen la idea de que la arteterapia no solo es aplicable en contextos clínicos, sino también en espacios escolares, donde los adolescentes enfrentan problemáticas emocionales y sociales particulares. Este aporte es fundamental, ya que amplía la

aplicabilidad de la arteterapia en el contexto educativo peruano y sienta las bases para futuras investigaciones y programas de intervención en la región.

CONCLUSIONES

1. Se concluye que el programa de intervención de arteterapia influyó significativamente en la mejora de la autoestima global de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión (Chaupimarca – Pasco, 2024). Los análisis estadísticos evidenciaron diferencias significativas entre pretest y posttest en el grupo experimental, con tamaños del efecto muy grandes ($d > 1.80$), mientras que en el grupo control los cambios fueron mínimos y sin relevancia práctica.
2. Se concluye que el programa de intervención de arteterapia mejoró de manera significativa la autoestima académica de los estudiantes, incrementando la valoración positiva de sus capacidades y favoreciendo una actitud más constructiva frente a las tareas escolares.
3. Se concluye que el programa de intervención de arteterapia impactó positivamente en la autoestima social de los estudiantes, fortaleciendo la confianza, las relaciones interpersonales y la integración con sus pares.
4. Se concluye que el programa de intervención de arteterapia fortaleció significativamente la autoestima emocional de los estudiantes, mejorando la capacidad de reconocer, expresar y regular sus emociones de forma positiva, lo cual repercutió en un mayor bienestar psicológico.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda que el programa de arteterapia se incorpore como estrategia pedagógica dentro de las actividades curriculares y extracurriculares de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión. De esta manera, se fortalecerá no solo la autoestima, sino también competencias socioemocionales vinculadas al perfil de egreso de la Educación Básica Regular.
2. Es necesario brindar talleres de formación y actualización a los docentes en el uso de metodologías arteterapéuticas. Esto permitirá que el profesorado cuente con herramientas didácticas innovadoras que promuevan la autorregulación emocional, la convivencia escolar armónica y el aprendizaje significativo.
3. Se sugiere articular el programa de arteterapia con el área de Tutoría y Orientación Educativa, así como con el Departamento de Psicología, con el fin de brindar un acompañamiento integral que atienda las necesidades emocionales, sociales y académicas de los estudiantes.
4. Se recomienda replicar la experiencia de intervención en otras instituciones educativas de la región Pasco y a nivel nacional, generando espacios de participación que involucren a las familias y a la comunidad educativa. Esto contribuirá a consolidar una cultura escolar inclusiva, resiliente y promotora del bienestar socioemocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company.
- Baumeister, R., & Vohs, K. (2018). Revisiting Our Reappraisal of the (Surprisingly Few) Benefits of High Self-Esteem. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 137 - 140.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1745691617701185>
- Benavidez Bejarano, J., & Lamprea Gómez, M. (2023). *Fortalecimiento de la autoestima por medio de las artes plásticas en los estudiantes del grado de Aceleración de la Institución Rural Adolfo Antonio Mindiola Robles*. Fundación Universitaria Los Libertadores.
<https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/c5e2e260-772e-4e63-8a6b-093707d96bc1/content>
- Branden, N. (1994). *The six pillars of self-esteem*. Bantam Book.
https://dn790006.ca.archive.org/0/items/TheSixPillarsOfSelfEsteem_201811/The-Six-Pillars-of-Self-Esteem.pdf
- Cspedes Bonilla, J. (2021). *Influencia de la arteterapia en la salud mental de estudiantes niños y adolescentes*. Universidad de Lima.
<https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13198/Cspedes%20Bonilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. W.H. Freeman and Company.
<https://archive.org/details/antecedentsofsel00coop/page/n5/mode/2up>
- Cruzado Cruzado, A., & Santa Cruz Albuja, A. (2017). *Efectos de un programa de arte terapia en la autoestima de un grupo de estudiantes víctimas de bullying de una Institución Educativa Privada de Lambayeque*. Universidad Señor de Sipán, Facultad de humanidades. Pimentel: Universidad Señor de Sipán.

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4454/Cruzado%20Cruzado%20-%20Santa%20Cruz%20Albujar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., & Schellinger, K. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82(1), 405 - 432. <https://doi.org/DOI:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

Ganim, B., & Fox, S. (1999). *Visual Journaling: Going Deeper than Words*. Theosophical Publishing House.
https://books.google.com.pe/books/about/Visual_Journaling.html?id=GMGFrWL2OmMC&redir_esc=y

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional: por qué puede importar más que el coeficiente intelectual*. Bantam Books.

Harter, S. (2012). *Perfil de autopercepción de adolescentes*. APA PsycTests.
<https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/t05703-000>

Hinz, L. (2015). Continuo de terapias expresivas: uso y valor demostrados con un estudio de caso (Le continuum des thérapies par l'expression: étude de cas démontrant leur utilité et valeur). *Revista de la Asociación Canadiense de Arteterapia*, 28(1), 43 - 50.
https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1080%2F08322473.2015.1100581?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19

Kopytin, A., & Rugh, M. (2017). *Environmental Expressive Therapies Nature-Assisted Theory And Practice*. Routledge.
https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9781315310442_A29975186/preview-9781315310442_A29975186.pdf

- Leary, M. (2010). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. Academic Press, 32, 1-62.
- Loarte Medina, D. (2018). *Arteterapia para fortalecer la autoestima en estudiantes del séptimo año, paralelo "a" de educación general básica, de la Escuela Miguel Riofrío, Loja. 2017- 2018*. Universidad Nacional de Loja, Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación. Loja: Universidad Nacional de Loja.
- López Patiño, A. M. (2021). *Arteterapia: De La Terapia Clínica Al Arte Como Alternativa ” Arteterapia: De La Terapia Clínica Al Arte Como Alternativa Pedagógica En La Educación Artística*. Universidad de Antioquia, Facultad de Artes. Medellín: Universidad De Antioquia.
https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/29758/2/L%C3%B3pezPati%C3%B1oAna_2022_ArteAlternativaPedag%C3%B3gica.pdf
- López Romero, B. (2004). Arte Terapia. Otra Forma de Curar. *Centro Superior de Estudios Universitarios "La Salle"*, 7. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2044648.pdf>
- Malchiodi, C. (1998). *The Art Therapy Sourcebook*. McGraw-Hill.
- Maslow, A. H. (1968). *Motivation And Personality*. Harper & Row, Publishers, Inc.
<https://www.holybooks.com/wp-content/uploads/Motivation-and-Personality-Maslow.pdf>
- Moon, B. (2016). *Art-Based Group Therapy* (Second Edition ed.). Charles C. Thomas; Publisher, Ltd.
- Mruk, C. (2013). Definiendo la autoestima como una relación entre la competencia y la valía: Cómo un enfoque de dos factores integra las dimensiones cognitivas y afectivas de la autoestima. *Boletín Psicológico Polaco*, 44(2), 157 - 164. <https://doi.org/DOI:10.2478/ppb-2013-0018>

- Olaechea Gil, E., & Toledo Vega, U. (2024). *Efectividad de Programas Basados en el Arte para el Desarrollo de Habilidades Socioemocionales en Niños y Adolescentes: Una Revisión Sistemática*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/683255/Olaechea_G E.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/683255/Olaechea_G_E.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person*. https://teots.org/wp-content/uploads/2021/08/On-becoming-a-person-by-Rogers-Carl-R.-z-lib.org_.pdf
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Autoestima global y autoestima específica: diferentes conceptos, diferentes resultados. *American Sociological Review*, 60(1), 141 - 156.
- Salcedo Valdivia, M. P., & Manrique Rios, D. (2020). *Programa de Arte Terapia Para la Mejora de la Autoestima en Adolescentes*. Universidad Católica de Santa María, Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades. Arequipa: Universidad Católica de Santa María.
- Solovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imaginación, Cognition and Personality*, 9(3), 185 - 211.
- Tacca Huamán, D., Cuarez Cordero, R., & Quispe Huaycho, R. (Octubre de 2020). Habilidades Sociales, Autoconcepto y Autoestima en Adolescentes Peruanos de Educación Secundaria. *International Journal of Sociology of Education*, 9(3), 293 - 324. <https://doi.org/http://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>
- Trejos Arroyave , C. (2021). *La Arte Terapia: orientaciones metodológicas como forma de intervención psicosocial*. Universidad Abierta y a Distancia UNAD. La Arte Terapia: orientaciones metodológicas como forma de intervención psicosocial.

Trelles Fernandez, D. (2023). *Talleres de arte terapia “arte & zen” para reducir el estrés académico en los estudiantes de 5to grado de primaria de una Institución Educativa en Lima.* Universidad San Ignacio de Loyola.
<https://repositorio.usil.edu.pe/bitstreams/9c58bfaf-2e0f-42a2-bc93-cd65a44c7d87/download>

Weiser, J. (2010). *PhotoTherapy Techniques -- Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Family Albums.* Judy Weiser.

ANEXOS:

ANEXO 01

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

CUESTIONARIO DE INVESTIGACIÓN

“PROGRAMA DE INTERVENCIÓN DE ARTETERAPIA PARA MEJORAR EL AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DANIEL ALCIDES CARRIÓN, CHAUPIMARCA, PASCO – 2024”

Autor: Gerson Daniel Solano Benito

Propósito del Estudio: Este estudio tiene como objetivo Determinar la influencia del uso de la terapia de arte para mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco – 2024.

Todas las respuestas serán confidenciales y se utilizarán únicamente para fines de investigación. Los datos se almacenarán de manera segura y se anonimizarán en cualquier publicación.

Responder las preguntas en base a los siguientes valores

1 = Totalmente en desacuerdo, 2 = En desacuerdo, 3 = Neutral, 4 = De acuerdo, 5 = Totalmente de acuerdo.

AUTOESTIMA						
Autoestima académica		1	2	3	4	5
01	Me siento capaz de lograr buenos resultados en mis estudios.					
02	Creo que tengo habilidades necesarias para aprender cualquier materia.					
03	Me esfuerzo y confío en que puedo mejorar mis calificaciones.					
04	Me siento orgulloso de mis logros académicos.					
05	Siento que mi esfuerzo académico es valorado en el colegio.					
Autoestima social		1	2	3	4	5
06	Me siento cómodo al interactuar con mis compañeros de clase.					
07	Considero que soy aceptado y respetado por quienes me rodean.					
08	Me resulta fácil hacer nuevos amigos.					
09	Me comunico con seguridad en el grupo.					
10	Siento que pertenezco a un grupo donde me valoran.					
Autoestima emocional		1	2	3	4	5
11	Me siento bien conmigo mismo la mayor parte del tiempo.					
12	A pesar de los errores, reconozco que tengo cualidades positivas.					
13	No me siento inútil ni fracasado cuando algo no sale como esperaba.					
14	Me mantengo fuerte ante las críticas.					
15	Aprecio quién soy, incluso si las cosas no salen como espero.					

ANEXO 02

Constancia de validación N° 01

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN POR EXPERTOS.

INSTRUMENTO:

Cuestionario de Investigación: “Programa de Intervención de Arteterapia para Mejorar el Autoestima de los Estudiantes del 5to Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024”.

El que suscribe, ANGELA LIZBETH VERASTEGUI CASTILLO, identificado con DNI N° 73884168, de profesión LICENCIADA EN PSICOLOGÍA, en la institución o empresa UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL Pasco hago constar que he revisado y dado el juicio de experto al instrumento **Cuestionario de Investigación: “Programa de Intervención de Arteterapia para Mejorar el Autoestima de los Estudiantes del 5to Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024”** diseñado por el interesado: SOLANO BENITO, Gerson Daniel, para su validación a fin de ser aplicado en la investigación titulada: “Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024”.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puede evaluar según los criterios establecidos y formular algunas apreciaciones.

Criterios	Descripción	D	M	B	MB	Observaciones
Suficiencia	Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de esta				X	
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir debe ser considerado.				X	
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo				X	
Claridad y precisión	El ítem se comprende fácilmente, es claro para obtener la información requerida.				X	
Redacción	Si la ortografía es correcta y hace buen uso de la semántica y la sintaxis.				X	

Fuente: Modelo de instrumento para validación de la investigación por expertos UNSA.

Nota. D Deficiente, M Mejorar. B Bueno. MB Muy Bueno

En Cerro de Pasco, a los 17 días del mes de abril del 2024


ANGELA LIZBETH VERASTEGUI CASTILLO
PSICÓLOGA
C.P.S.P. N° 52944

Constancia de validación N° 02

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN POR EXPERTOS.

INSTRUMENTO:

Cuestionario de Investigación: “Programa de Intervención de Arteterapia para Mejorar el Autoestima de los Estudiantes del 5to Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024”.

El que suscribe, Mg. Teodomiro Santiago Laureano Malpartida, identificado con DNI N° 45930390, de profesión Maestro de nivel secundario, en la institución o empresa IE Piloto Pampa Yurac – Padre Abad hago constar que he revisado y dado el juicio de experto al instrumento **Cuestionario de Investigación: “Programa de Intervención de Arteterapia para Mejorar el Autoestima de los Estudiantes del 5to Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024”** diseñado por el interesado: SOLANO BENITO, Gerson Daniel, para su validación a fin de ser aplicado en la investigación titulada: “Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024”.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puede evaluar según los criterios establecidos y formular algunas apreciaciones.

Criterios	Descripción	D	M	B	MB	Observaciones
Suficiencia	Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de esta				X	
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir debe ser considerado.				X	
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo				X	
Claridad y precisión	El ítem se comprende fácilmente, es claro para obtener la información requerida.				X	
Redacción	Si la ortografía es correcta y hace buen uso de la semántica y la sintaxis.				X	

Fuente: Modelo de instrumento para validación de la investigación por expertos UNSA.

Nota. D Deficiente, M Mejorar. B Bueno. MB Muy Bueno

En Cerro de Pasco, a los 17 días del mes de abril del 2024

Mg. Teodomiro Santiago Laureano
Malpartida

Constancia de validación N° 03

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN POR EXPERTOS.

INSTRUMENTO:

Cuestionario de Investigación: “Programa de Intervención de Arteterapia para Mejorar el Autoestima de los Estudiantes del 5to Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024”.

El que suscribe, Lic. Jim Gerald Fernandez Lopez, identificado con DNI N° 40898140, de profesión Licenciado en Psicología, en la institución o empresa Director I.E.P. Alfonso Ugarte - Chaupimarca hago constar que he revisado y dado el juicio de experto al instrumento **Cuestionario de Investigación:** “Programa de Intervención de Arteterapia para Mejorar el Autoestima de los Estudiantes del 5to Grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024” diseñado por el interesado: **SOLANO BENITO, Gerson Daniel**, para su validación a fin de ser aplicado en la investigación titulada: “Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024”.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puede evaluar según los criterios establecidos y formular algunas apreciaciones.

Criterios	Descripción	D	M	B	MB	Observaciones
Suficiencia	Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de esta				X	
Relevancia	El ítem es esencial o importante, es decir debe ser considerado.				X	
Coherencia	El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo				X	
Claridad y precisión	El ítem se comprende fácilmente, es claro para obtener la información requerida.				X	
Redacción	Si la ortografía es correcta y hace buen uso de la semántica y la sintaxis.				X	

Fuente: Modelo de instrumento para validación de la investigación por expertos UNSA.

Nota. D Deficiente, M Mejorar. B Bueno. MB Muy Bueno

En Cerro de Pasco, a los 17 días del mes de abril del 2024



Lic. Jim Gerald Fernandez Lopez, Jim G.
DIRECTOR

ANEXO 03

Matriz de Consistencia

Título: Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar el Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES	MARCO TEÓRICO	METODOLOGÍA
¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar el autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?	Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar el autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.	El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar el autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco - 2024.	Variable dependiente D1. Arteterapia con pintura. D2. Arteterapia con arte abstracto D3. Arteterapia con fotografía. Variable independiente D1. Autoestima Académica. D2. Autoestima Social. D3. Autoestima Emocional.	Variable dependiente - Definición General de Arteterapia - Arteterapia con pintura - Expresión emocional a través de la pintura - Técnicas de pintura en arteterapia: enfoque en la expresión individual - Impacto de la pintura en la regulación emocional y el autoconocimiento - Arteterapia con arte abstracto - El valor del arte abstracto en la expresión personal - Técnicas abstractas en la arteterapia: simbolismo y metáforas visuales - Influencia del arte abstracto en la creatividad y la introspección - Arteterapia con fotografía - La fotografía como herramienta terapéutica y de autoconocimiento - Técnicas de fotografía en arteterapia: encuadre, perspectiva y narración visual - Impacto de la fotografía en la percepción y conexión con el entorno. Variable independiente - Definición General de Autoestima - Autoestima académica - Relación entre rendimiento académico y autoestima - Factores que afectan la autoestima académica en estudiantes adolescentes - Estrategias para fortalecer la autoestima en contextos académicos - Autoestima social - Impacto de las habilidades sociales en la percepción de uno mismo - Influencia del entorno social y los pares en la autoestima - Estrategias para mejorar la autoestima a través de habilidades de interacción social - Autoestima emocional - Importancia de la inteligencia emocional en la autoestima - Autoconocimiento y manejo de emociones como componentes de la autoestima - Métodos para promover la autoestima emocional en el contexto educativo	Tipo de Investigación Aplicada Nivel de Investigación Explicativo Método de investigación Inductivo Población La población del estudio está compuesta por 178 estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión”, ubicada en Chaupimarca, Pasco. Muestra Se seleccionará una muestra intencionada de 48 estudiantes del 5to grado, De las secciones D y E quienes serán divididos en dos grupos: un grupo experimental que participará en el programa de arteterapia y un grupo de control que no recibirá la intervención Diseño de investigación Cuasiexperimental $GE: O_1 \quad X \quad O_2$ $GC: O_3 \quad O_4$ Donde: G.E. Grupo Experimental. G.C. Grupo de Control. O ₁ , O ₂ , O ₃ Pre Test. O ₄ Post Test. X: Manipulación de la variable independiente. Técnicas Cuestionario Instrumentos Cuestionario del Programa (Pre test y post test)
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICOS			
¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?	Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.	El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco - 2024.			
¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?	Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.	El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco - 2024.			
¿Cómo influye el programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024?	Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.	El programa de intervención de arteterapia influye significativamente en mejorar la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática “Daniel Alcides Carrión” Chaupimarca, Pasco - 2024.			

ANEXO 04

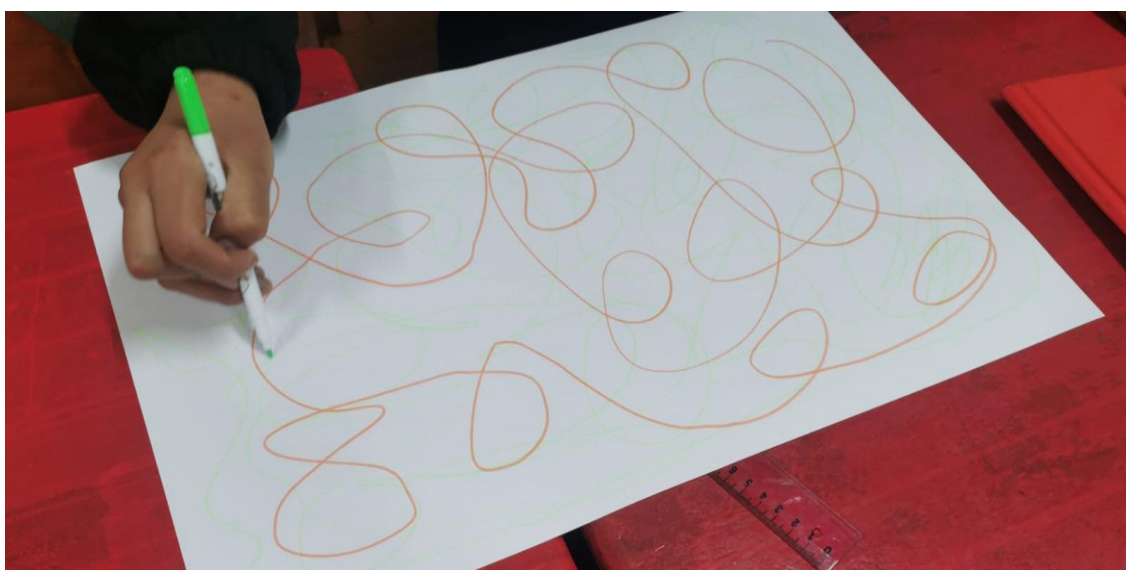
FOTOGRAFIAS



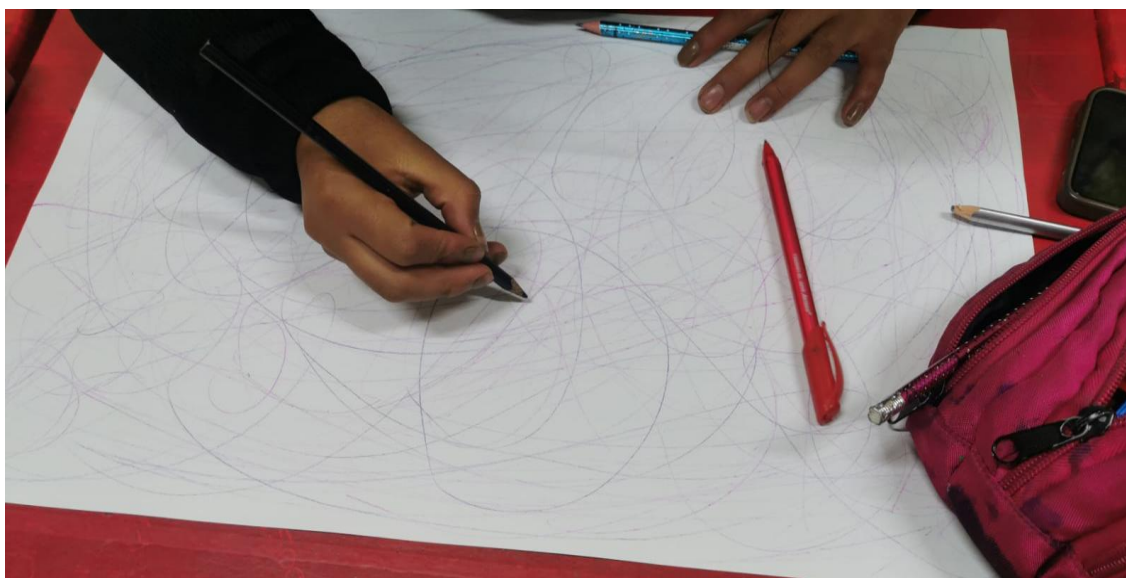
Aplicación de prueba de entrada a las estudiantes del 5to "E". Las estudiantes son parte del grupo de control, el programa no fue abordado en el aula.



Aplicación prueba de entrada a las estudiantes del 5to "D". Este grupo de estudiantes forma parte del grupo experimental, el programa fue aplicado en ellas.



En esta imagen, la estudiante realizó un dibujo, las líneas se desplazan libremente por la hoja, sin formar figuras concretas, pero transmitiendo una sensación de dinamismo. El ejercicio consistía en dibujar sin levantar el marcador, explorando trayectorias, ritmos y patrones espontáneos como una forma de expresión no verbal.



En esta fotografía se observa a una estudiante utilizando un lápiz negro para continuar una secuencia de líneas curvas. El dibujo fue construido a partir de un movimiento repetitivo, sin planificación, permitiendo que el inconsciente se exprese a través del gesto gráfico. Es un momento de introspección creativa.



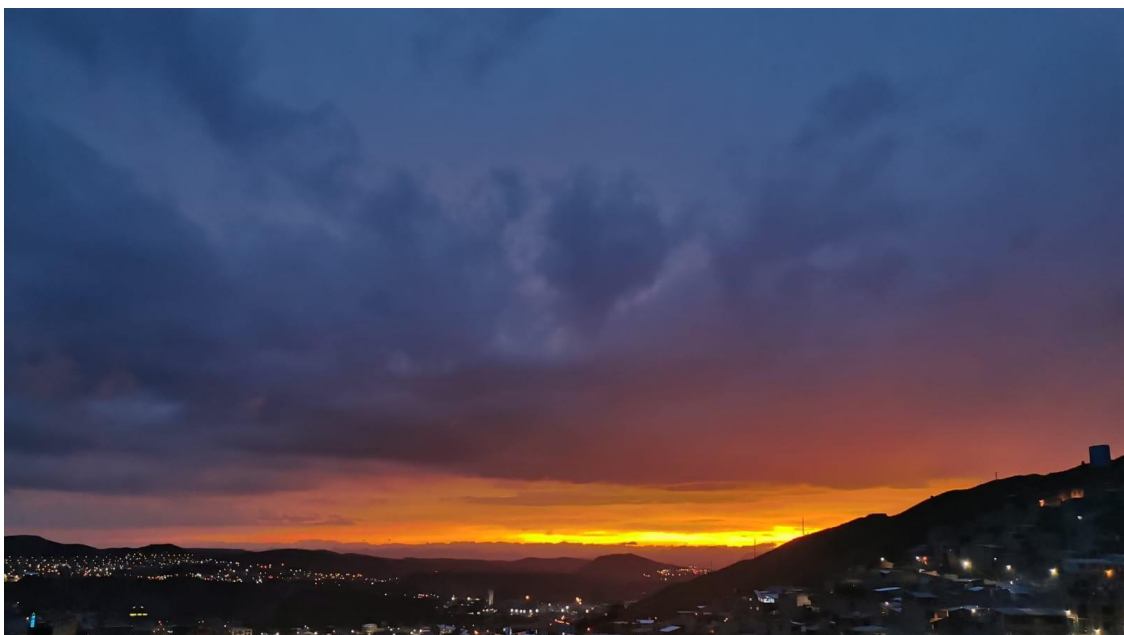
En esta foto se muestran dos hojas con los trazos realizados por 2 estudiantes. Cada estudiante encontró una imagen entre formas, líneas, rayas.



En esta foto ya se puede apreciar los trazos realizados. Cada estudiante elaboró su propia propuesta gráfica usando formas curvas, colores vivos y trazos amplios. Los trabajos reflejan un momento de intercambio espontáneo entre compañeros, en un espacio libre de juicios, donde lo importante fue compartir y dejarse llevar por el proceso artístico



El siguiente College es la representación emocional de una de las estudiantes quien en sus fotografías expresa de manera visual sus emociones.



La siguiente fotografía expresa lo que una estudiante sentía al ver el atardecer, plasmándolo en una fotografía, indicando que cada vez que veía el atardecer sentía muchas emociones.

ANEXO 05

Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho

Solicito: para llevar a cabo mi proyecto de tesis en la institución.

Sra. Miriam Solís Julca

Directora de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión

Estimada directora:

Por medio de la presente, me dirijo a usted con el fin de solicitar su autorización para llevar a cabo mi proyecto de tesis titulado: *"Programa de Intervención de Arteterapia para mejorar la Autoestima de los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024"*.

Este proyecto tiene como objetivo principal fue determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar el autoestima de los estudiantes, una problemática que afecta su rendimiento académico y bienestar emocional. Durante mis prácticas preprofesionales, observé que muchos estudiantes presentan autoestima baja, lo que afecta diversas áreas de su vida escolar y personal. Por ello, considero fundamental implementar una intervención que contribuya a su desarrollo integral.

El proyecto *constara de 8 sesiones* que se desarrollarán en un periodo planificado, contando con evaluaciones previas y posteriores para medir los resultados. Además, la intervención se realizará con respeto a las normas y valores institucionales, asegurando el bienestar y la participación activa de los estudiantes involucrados.

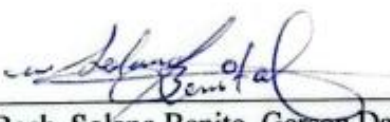
Por lo expuesto, solicito su apoyo y autorización para desarrollar este proyecto en la institución, *en las fechas del 18 de noviembre al 6 de diciembre*, así como el acceso a los recursos y el acompañamiento necesario. Estoy convencido de que los resultados de esta intervención se beneficiarán directamente a los estudiantes y aportarán para futuras iniciativas educativas.

Agradezco de antemano su atención y quedo a la espera de una respuesta favorable. Me encuentro a su disposición para coordinar los detalles y responder cualquier inquietud.

Adjunto: Cronograma de programa de intervención

Cerro de Pasco, 14 de noviembre del 2024.

Atentamente,


Bach. Solano Benito, Gerson Daniel

71209358



ANEXO 06

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN DE ARTETERAPIA

ANTECEDENTES:

La presente investigación se centra en los estudiantes del 5to grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco. Esta población presenta características que revelan un nivel preocupante de autoestima, observada y reportada durante actividades académicas y de interacción social. Durante mis prácticas preprofesionales, se pudo evidenciar que los estudiantes, en su mayoría, tienen dificultades para valorar sus propias habilidades y mostrar seguridad al interactuar.

La problemática de la baja autoestima es evidente en la falta de confianza de los estudiantes para participar activamente en clase, el temor al rechazo social y la percepción negativa de sus propias capacidades. Estas actitudes no solo repercuten en su desempeño académico, sino que también limitan su desarrollo integral, afectando su capacidad para enfrentar retos y construir relaciones saludables.

Esta se manifiesta en tres dimensiones principales: la autoestima académica (confianza en las propias capacidades académicas), la autoestima social (habilidades y seguridad al interactuar con otros) y la autoestima emocional (manejo y aceptación de las propias emociones). El objetivo es determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar el autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco – 2024.

Este enfoque tiene el potencial de transformar la manera en que los estudiantes se perciben a sí mismos y su entorno, contribuyendo a un mejor rendimiento académico y bienestar personal.

FUNDAMENTACIÓN:

La intervención a través de un programa de arteterapia se fundamenta en la necesidad urgente de mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco. Diversos estudios y teorías han demostrado que la autoestima es un factor crucial en el desarrollo integral de los adolescentes. Una autoestima saludable les permite afrontar retos académicos con mayor seguridad, formar relaciones interpersonales más sólidas y manejar mejor sus emociones. Sin embargo, en la población de estudio se ha identificado que muchos estudiantes presentan una autoestima baja, lo que limita sus potencialidades y afecta su bienestar emocional y social.

Desarrollaré un Programa de Intervención de Arteterapia diseñado para mejorar la autoestima de los estudiantes. Este programa se implementará a través de sesiones que utilizarán técnicas de arteterapia como la pintura, el arte abstracto y la fotografía. Estas actividades creativas permitirán a los estudiantes explorar y expresar sus emociones, fortalecer su identidad personal y mejorar su autoimagen.

El programa se llevará a cabo mediante una serie de sesiones interactivas y terapéuticas, distribuidas a lo largo de dos meses, tal como se detalla en el cronograma. Las actividades estarán orientadas a fomentar la expresión creativa y el

autodescubrimiento. Durante las sesiones de pintura, por ejemplo, los estudiantes crearán obras que simbolizen sus emociones y experiencias, lo que facilitará la introspección y la comunicación. En las sesiones de arte abstracto, se les animará a experimentar con formas y colores para liberar tensiones y promover la autoaceptación. Por último, las actividades de fotografía se centrarán en ayudarles a ver el mundo desde una perspectiva positiva, mejorando su percepción de sí mismos y su entorno.

El propósito de esta intervención es mejorar la autoestima de los estudiantes, lo que contribuirá a su desarrollo académico, emocional y social. Al proporcionarles un espacio seguro y creativo donde puedan expresarse sin juicios, se busca fortalecer su autoconfianza y habilidades interpersonales. La arteterapia, según estudios anteriores, ha demostrado ser efectiva en la mejora del bienestar emocional y la autoestima, facilitando un cambio positivo en los participantes. Este programa no solo beneficiará a los estudiantes a nivel personal, sino que también podrá servir como un modelo de intervención que otras instituciones educativas podrían implementar para abordar problemas similares en el futuro.

La fundamentación de este plan de intervención se apoya en la teoría de la expresión creativa de Margaret Naumburg, quien sostiene que el arte puede actuar como un medio para sacar a la luz conflictos internos y promover la curación emocional. Además, se consideran los principios de la psicología humanista de Carl Rogers, quien destaca la importancia de proporcionar un ambiente de aceptación incondicional y libertad creativa para fomentar el crecimiento personal y la autoestima.

OBJETIVOS:

OBJETIVO GENERAL

Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia en la mejora de la autoestima académica de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión.
- Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia en la mejora de la autoestima social de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la misma institución.
- Determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia en la mejora de la autoestima emocional de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión.

PRE-REQUISITOS

Para asegurar el éxito del programa de intervención de arteterapia, es esencial que se cumplan ciertos factores externos y que los estudiantes posean conductas mínimas específicas en su repertorio.

Factores externos

1. **Apoyo de la Institución Educativa:** La administración y el personal docente deben estar comprometidos con el programa, facilitando los recursos necesarios, como espacios adecuados y horarios flexibles para las sesiones de arteterapia.
2. **Implicación Familiar:** Es importante que las familias estén informadas y, en lo posible, comprometidas con el desarrollo emocional de los estudiantes, apoyando su participación activa en el programa.
3. **Recursos Materiales:** Disponibilidad de materiales adecuados para las actividades de arteterapia, como pinturas, pinceles, cámaras fotográficas, papel, y otros recursos creativos necesarios para llevar a cabo las sesiones.
4. **Ambiente Seguro y de Confianza:** Se debe crear un entorno que sea emocionalmente seguro y sin juicio, donde los estudiantes se sientan cómodos para expresar sus emociones y participar activamente.

Conductas Mínimas del Estudiante

1. **Apertura a la Participación:** Los estudiantes deben estar dispuestos a participar en actividades creativas, aunque inicialmente puedan sentir cierta incomodidad o inseguridad.
2. **Habilidades de Escucha y Respeto:** Deben poseer la capacidad de escuchar a los demás y mostrar respeto hacia las expresiones artísticas y emocionales de sus compañeros.
3. **Interacción Básica en Grupo:** Es necesario que los estudiantes puedan trabajar en equipo, comunicarse de manera básica y mostrar disposición para colaborar en dinámicas grupales.
4. **Tolerancia a la frustración:** Aunque no se espera un alto nivel de resiliencia al inicio, los estudiantes deben poseer al menos una capacidad mínima para gestionar la frustración y el estrés sin que esto interrumpa las actividades del grupo.

META

En caso de que el Programa de Intervención de Arteterapia se ejecute con éxito, esperamos obtener los siguientes resultados, reflejados en comportamientos específicos y medibles en los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión:

Mejoras en Autoestima:

1. **Autoestima Académica:** Se espera que al menos el 85% de los estudiantes muestren un incremento del 20% en las evaluaciones de autoestima académica, medidas mediante la aplicación de la Escala de Autoestima de Rosenberg.
2. **Autoestima Social:** El 80% de los estudiantes debería demostrar un aumento del 15-25% en las evaluaciones de autoestima social, reflejando mayor confianza en sus habilidades para interactuar y comunicarse efectivamente con sus compañeros.
3. **Autoestima Emocional:** Al menos el 90% de los estudiantes deberían exhibir una mejora del 20% en la puntuación de autoestima emocional, indicando una mejor gestión y expresión de sus emociones.

Comportamientos Finales Esperados:

1. **Expresión y Manejo Emocional:** Los estudiantes serán capaces de identificar, expresar y regular sus emociones de manera adecuada. Este cambio se podrá observar en su participación activa y abierta durante las sesiones de arteterapia, así como en sus interacciones cotidianas.
2. **Relaciones Sociales Saludables:** Se espera que los estudiantes mejoren sus relaciones interpersonales, mostrándose más colaborativos y empáticos con sus compañeros. Este comportamiento se evaluará a través de encuestas de satisfacción social y observaciones de interacción grupal.
3. **Autoconfianza y Seguridad Personal:** Los estudiantes demostrarán mayor confianza en sus capacidades, expresarán sus opiniones con seguridad y tomarán decisiones de manera autónoma. Este cambio se medirá mediante autoevaluaciones y observaciones cualitativas durante las actividades escolares.

Indicadores de eficiencia:

1. **Reducción de la Baja Autoestima:** Se espera una disminución del 30% en las respuestas indicativas de baja autoestima según la Escala de Rosenberg.
2. **Asistencia y Participación Activa:** Al menos el 90% de los estudiantes participará de manera activa y consistente en todas las sesiones del programa.
3. **Producción Artística Positiva:** Evaluaciones de la producción artística de los estudiantes mostrarán mayor complejidad, creatividad y autocomprensión, reflejando su desarrollo emocional y social.

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES GENERALES ACTIVIDADES PREVIAS

Antes de iniciar el Programa de Intervención de Arteterapia, realizaremos una serie de actividades preparatorias esenciales. Esto incluye aplicar encuestas iniciales (Pre test), como la Escala de Autoestima de Rosenberg que es el instrumento fundamental de esta investigación, para evaluar el nivel de autoestima de los estudiantes. También realizaremos observaciones en el aula para establecer una línea base de comportamiento, seguido de una reunión informativa con padres y docentes para explicar el programa y resolver cualquier inquietud, asegurando su apoyo. Además, gestionaremos el consentimiento informado de los padres y prepararemos los materiales y espacios necesarios para las sesiones, creando un entorno seguro y adecuado para la intervención.

ACTIVIDADES CENTRALES

Sesión 1: Introducción a la Arteterapia

Dinámica: "Círculo de Presentación Creativa"

Descripción: Se forma un círculo con todos los estudiantes. Cada uno debe presentarse diciendo su nombre y compartir algo positivo sobre sí mismo. Después, cada estudiante recibe un papel y debe dibujar un símbolo que represente algo valioso sobre ellos mismos. Los dibujos se colocan en un mural grupal.

Objetivo: Romper el hielo, fomentar la participación y establecer un ambiente seguro y positivo para el grupo.

Sesión 2: Arteterapia con Pintura (Autoexpresión)

Dinámica: "Pintando Mis Emociones"

Descripción: Se reparten hojas grandes y pinturas de distintos colores. Cada estudiante debe elegir colores que representen cómo se ha sentido en la última Sesión y pintar un cuadro abstracto. Al final, se realiza una breve reflexión grupal donde los estudiantes pueden compartir lo que significan sus colores, si se sienten cómodos.

Objetivo: Promover la autoexpresión sin necesidad de palabras y permitir que los estudiantes comprendan sus propias emociones.

Sesión 3: Arteterapia con Pintura (Reconocimiento Emocional)

Dinámica: "Autorretrato Emocional"

Descripción: Los estudiantes se pintan a sí mismos en un autorretrato, pero en lugar de enfocarse en los rasgos físicos, utilizan colores y formas para representar sus emociones internas. Al finalizar, se realiza una actividad en parejas donde cada estudiante explica su obra a un compañero.

Objetivo: Facilitar el reconocimiento y la comunicación de las emociones de manera visual.

Sesión 4: Arteterapia con Arte Abstracto (Liberación de Tensiones)

Dinámica: "La Tormenta Emocional"

Descripción: Cada estudiante crea una obra de arte abstracto usando líneas, formas y colores que representan momentos o situaciones difíciles que les causan estrés. Después de 30 minutos de creación, se realiza una actividad de respiración profunda y liberación, donde "dejan ir" esas emociones.

Objetivo: Ayudar a los estudiantes a expresar y liberar tensiones de manera creativa, promoviendo una sensación de alivio.

Sesión 5: Arteterapia con Arte Abstracto (Autoaceptación)

Dinámica: "Collage de Mi Futuro"

Descripción: Los estudiantes crean un collage abstracto utilizando recortes de revistas, palabras e imágenes que representan cómo se ven a sí mismos en el futuro. Luego, se comparten algunos collages en un círculo grupal.

Objetivo: Fomentar la autoaceptación y el optimismo hacia el futuro, ayudando a los estudiantes a visualizar su potencial.

Sesión 6: Arteterapia con Fotografía (Conexión con el Entorno)

Dinámica: "Retratos de la Positividad"

Descripción: Los estudiantes salen al patio o a un lugar al aire libre para fotografiar cosas que les hagan sentir felices o en paz (pueden ser objetos, paisajes o personas). Luego, cada uno imprime o muestra sus fotos y explica por qué las eligió.

Objetivo: Fomentar la observación del entorno y reforzar los sentimientos positivos a través de la fotografía.

Sesión 7: Arteterapia con Fotografía (Identidad y Autovaloración)

Dinámica: "Mi Historia en Imágenes"

Descripción: Cada estudiante crea una serie de 3 a 5 fotografías que cuenten una historia sobre quiénes son y lo que valoran de sí mismos. Se pueden agregar frases o palabras significativas. Las imágenes se colocan en un mural o se proyectan para una reflexión grupal.

Objetivo: Fortalecer la identidad personal y la autovaloración, permitiendo que los estudiantes celebren sus logros y cualidades.

Sesión 8: Reflexión y cierre

Dinámica: "Exposición de Arte y Círculo de Gratitud"

Descripción: Se organiza una pequeña exposición con las obras creadas durante el programa. Los estudiantes invitan a sus compañeros y maestros a ver su arte. Luego, se realiza un círculo de gratitud, donde cada estudiante expresa lo que más ha apreciado del programa y cómo ha cambiado su percepción de sí mismo.

Objetivo: Cerrar el programa de manera positiva, promoviendo el reconocimiento de los logros individuales y grupales.

ACTIVIDADES FINALES

Al finalizar el Programa de Intervención de Arteterapia, se realizarán varias actividades de cierre para evaluar su efectividad y asegurar que los objetivos hayan sido alcanzados. En primer lugar, se aplicará una segunda encuesta de Autoestima de Rosenberg para comparar los resultados con la evaluación inicial y medir el impacto de la intervención. Además, se llevará a cabo una encuesta de satisfacción sobre la terapia de arte para evaluar la percepción de los estudiantes sobre las actividades realizadas, cómo estas influenciaron su autoestima y bienestar, y cuál fue su nivel de satisfacción con el proceso.

El programa concluirá con un informe final que incluirá un análisis detallado de los resultados obtenidos y una recomendación para programas de mantenimiento, que podrían incluir sesiones de seguimiento o talleres adicionales si es necesario. El retorno del interventor se hará de manera gradual, asegurando que los estudiantes continúen desarrollando las habilidades y estrategias adquiridas durante las sesiones. Finalmente, se propondrá un plan de seguimiento para monitorear el progreso de los estudiantes a lo largo del tiempo y evaluar la sostenibilidad de los cambios logrados en su autoestima.

METODOLOGÍA:

La metodología empleada en el Programa de Intervención de Arteterapia será cuantitativa, cuasiexperimental y de tipo aplicado, con el objetivo de determinar la influencia del programa de intervención de arteterapia para mejorar el autoestima de los estudiantes del 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática Daniel Alcides Carrión, Chaupimarca, Pasco - 2024. Esta metodología combinará actividades prácticas y actividades de reflexión, utilizando las herramientas artísticas como medios

de expresión y desarrollo emocional. Se diseñarán sesiones que incluyan pintura, arte abstracto y fotografía, dirigidas a intervenir de manera directa sobre las dimensiones de la autoestima: académica, social y emocional.

RECURSOS:

RECURSOS HUMANOS

- Director
- Coordinador de estudio
- Psicólogo
- Profesores
- Padres de Familia
- Alumnos

RECURSOS MATERIALES

- **Papel (blanco, cartulina o de colores):** Para las actividades de pintura, collage y arte abstracto.
- **Pinceles y pinceles de esponja:** Para la pintura y creación de diversas obras.
- **Acrílicos, acuarelas y témperas:** Materiales para pintar y dar vida a las obras artísticas.
- **Marcadores, lápices de colores y crayones:** Para las actividades de dibujo y expresión artística.
- **Cinta adhesiva, pegamento y tijeras:** Para trabajos de collage, recorte y montaje.
- **Láminas de cartón o papel reciclado:** Para marcar las obras de arte o crear estructuras tridimensionales.
- **Papel fotográfico:** Para las actividades de fotografía (si se utilizan cámaras digitales).
- **Cámaras digitales o teléfonos móviles con cámaras:** Para la actividad de fotografía que los estudiantes usarán para capturar imágenes representativas de su identidad.

EVALUACIÓN.

La evaluación del Programa de Intervención de Arteterapia se llevará a cabo en diferentes fases para medir la efectividad de la intervención en cuanto al objetivo de mejorar la autoestima de los estudiantes del 5to grado de secundaria. A continuación, se describen las fases y las técnicas que se emplearán para evaluar el progreso y los resultados del programa.

1. Evaluación de Línea Base (Pre-intervención)

Objetivo: Evaluar el nivel inicial de autoestima de los estudiantes antes de iniciar el programa de arteterapia, para establecer un punto de comparación.

2. Evaluación durante la Intervención

Objetivo: Monitorear el progreso durante la ejecución del programa y hacer ajustes si es necesario para maximizar los resultados.

3. Evaluación Final (Post-intervención)

Objetivo: Medir el impacto final del programa de arteterapia sobre la autoestima de los estudiantes, comparando los resultados con los obtenidos en la evaluación inicial.

4. Evaluación de seguimiento

Objetivo: Realizar un monitoreo posterior al programa para evaluar la sostenibilidad de los cambios y el impacto a largo plazo en la autoestima de los estudiantes.

Cada fase de evaluación será fundamental para medir no solo la efectividad del programa de arteterapia en términos cuantitativos, sino también para comprender el impacto cualitativo en el bienestar emocional y social de los estudiantes. Esto permitirá realizar ajustes oportunos y evaluar la sostenibilidad de los resultados a largo plazo.

CRONOGRAMA

Semana	Técnica de Arteterapia	Objetivo de la sesión	Actividades principales
1	Introducción a la Arteterapia	Presentar el programa y establecer expectativas	Dinámicas grupales de presentación y discusión sobre la autoestima.
2	Arteterapia con pintura	Fomentar la autoexpresión a través del uso de colores.	Pintura libre sobre emociones personales; reflexión grupal sobre los sentimientos expresados.
3	Arteterapia con pintura	Desarrollar el reconocimiento de emociones propias.	Creación de autorretratos emocionales; discusión sobre cómo cada color representa un sentimiento.
4	Arteterapia con Arte Abstracto	Liberar tensiones y explorar la creatividad.	Creación de obras abstractas sobre eventos significativos en sus vidas; exploración de cómo el arte ayuda a procesar emociones.
5	Arteterapia con Arte Abstracto	Promover la libertad creativa y la autoaceptación	Uso de formas y líneas para representar pensamientos internos; intercambio de experiencias.
6	Arteterapia con fotografía	Fomentar la observación y la valoración del entorno.	Fotografía de objetos o lugares que representen aspectos positivos de sí mismos; collage grupal.
7	Arteterapia con fotografía	Desarrollar un sentido de identidad y autovaloración	Sesión fotográfica personal; creación de un álbum de imágenes que reflejan aspectos valiosos de cada estudiante.
8	Reflexión y cierre	Evaluar el impacto del programa y consolidar aprendizajes	Exposición de obras; círculo de reflexión grupal; evaluación final de la autoestima.

Fuente: *Elaboración propia.*