

Título reducido: LA VALIDACIÓN DE LA AUTOESTIMA

La Validación de la Autoestima en relación a tres factores: Autoestima Física,
Autoconcepto y Autoestima Emocional

M^a Pilar Aguilar

609265@unizar.es

Universidad de Zaragoza. Campus de Teruel.

Grado de Psicología. 1º curso.

Resumen

El objetivo de este estudio consistió en la construcción y análisis psicométrico de un cuestionario que medía el constructo de autoestima. La investigación se llevó a cabo con una muestra de 143 personas de ambos sexos con una edad comprendida entre 12 y 31 años. Se partió de la hipótesis de que había tres factores principales que son: autoestima física, autoestima intelectual y autoestima emocional. Los resultados obtenidos constataron la hipótesis inicial de que el constructo de autoestima estaba dividido en tres factores, sin embargo, la ubicación de los ítems varió con respecto a la propuesta inicialmente, teniendo que cambiar el nombre del segundo factor por autoconcepto. El test empleado puede considerarse un buen acercamiento para el estudio de la autoestima, aunque para ello es necesario superar algunas limitaciones.

Palabras clave: autoestima física, autoestima intelectual, autoestima emocional, análisis psicométrico, autoconcepto.

Abstract

The purpose of this report is measure the “construct” of self-esteem thorough the development and subsequent psychometric analysis of a specificity test. For the development of this research took a sample of 143 persons, of both sexes and aged between 12 and 31 years. The initial assumption was the existence of the following three factors: Physical self-esteem, Intellectual self-esteem and emotional self-esteem. The results showed the initial hypothesis was correct; the “construct” of self-esteem was divided into three factors. However, the location of the items had to be modified regarding the initial approach; the name of the second factor, Intellectual self-esteem, was replaced by self-concept. Having overcome some limitations, the questionnaire developed, will enable studies of self-esteem.

Keywords: Physical self-esteem, Intellectual self-esteem, psychometric analysis, self-concept.

La Validación de la Autoestima en relación a tres factores: Autoestima Física, Autoconcepto y Autoestima Emocional

La autoestima es un constructo que se refiere a un sentimiento de valoración y aceptación de la propia manera de ser que se desarrolla desde la infancia, a partir de las experiencias del niño y de su interacción con los demás. La autoestima no es un estado fijo sino que cambia en relación a las experiencias y sentimientos del individuo a lo largo de su vida. Este elemento es esencial para la supervivencia emocional, pues sin un cierto nivel de autoestima la vida de un individuo puede ser muy negativa llegando a hacer imposible la satisfacción de necesidades básicas. La persona que tiene un nivel adecuado de autoestima es aquella que se siente bien consigo misma, que expresa su propia opinión y sentimientos, que se vale por sí misma en nuevas retos y sabe qué cosas puede hacer, y en qué cosas debe mejorar o ha fallado.

La mayoría de estudios realizados anteriormente estudian dicho constructo con relación a los adolescentes, sobre todo la relación de autoestima con el abuso de drogas (Muñoz y Ruiz, 2008).

Otros estudios también realizados en adolescentes tratan de determinar la relación de la autoestima con el rendimiento escolar y la funcionalidad familiar, obteniéndose una correlación bastante alta (Gutiérrez, Camacho y Martínez, 2007).

Como ya se ha dicho antes, la mayoría de estudios realizados hasta el momento ha sido con adolescentes, esto se debe a que la adolescencia constituye un período de la vida muy vulnerable, que puede estar constantemente cambiando y en el cuál la persona construye su propia identidad, por lo que la autoestima que tenga cada persona se considera un factor muy relevante. Sin embargo, también se han realizado estudios con otras clases de la población, como por ejemplo, niños con cáncer (Bragado, Hernández,

Sánchez, y Urbano 2008), o persona que padecen enfermedades crónicas y trastornos de alimentación.

Nosotros hemos construido un cuestionario con el objetivo de estudiar este constructo, midiéndolo de una manera eficaz en relación a tres factores que pueden estar relacionados: autoestima física, autoestima intelectual y autoestima emocional. Nuestra hipótesis era comprobar si realmente la autoestima estaba formada por dichos factores y el test consta de 24 ítems, éstos implican el entendimiento de ciertas situaciones en las que se puede llegar a actuar de una determinada manera. También nos interesa comprobar si nuestro test es válido y fiable, es decir, que mida lo que se pretende medir, y como consecuencia que los resultados obtenidos sean generalizables.

Método

Muestra

La muestra estaba formada por 143 participantes, cuya procedencia era de Barcelona, Teruel, Valencia y Zaragoza, el 47'3% eran hombres y el 52'7% mujeres. El rango de edad fue de 12 a 31 años, con una media de 20'01 años y una desviación típica de 3'358. El 39'2% de los sujetos tenían pareja, mientras que el 60'8 afirmaron que no mantenían ninguna relación estable con nadie. En cuanto al nivel educativo la mayoría de los sujetos tenían estudios superiores, considerando como superiores aquellos que iban más allá de los obligatorios, como grados o carreras universitarias. Respecto al nivel económico la mayoría se sitúa en un nivel medio o medio-alto. La muestra fue seleccionada sin ningún criterio, lo único que se tuvo en cuenta fue la disponibilidad y accesibilidad de los sujetos, los cuales no recibieron ninguna gratificación por participar en la investigación.

Medida

El instrumento utilizado para medir la autoestima fue un cuestionario diseñado exclusivamente para dicho constructo. Es de gran relevancia destacar que en el momento en que se pasó el test a los participantes todavía no había sido validado. El test constaba en principio de 24 ítems, que después del análisis de fiabilidad quedó reducido a 21, agrupados en tres factores:

1. Autoestima física: ítems 1, 5, 9, 12, 16, 17 (inverso) , 20 y 22.
2. Autoestima intelectual: ítems 4, 6, 7, 14, 19, 24, 10 (inverso) y 21.
3. Autoestima emocional: ítems 2, 3, 8, 11 (inverso), 13 (inverso), 15 (inverso), 18 (inverso) y 23.

Para cada uno de los ítems los sujetos podían responder un valor numérico en una escala del uno al seis, donde el 1 significaba “nunca” y el 6 “siempre”. Entre estos

extremos, las respuestas iban siguiendo la escala (2 “Casi nunca”, 3 “Pocas veces”, 4 “Normalmente”, 5 “A menudo”). Dicha puntuación se propuso a propósito para evitar respuestas imparciales y que el sujeto tendiera a uno de los dos extremos. Se utilizaron algunos ítems inversos que posteriormente se invirtieron para evaluarlos de forma correcta.

Tras el análisis de fiabilidad, se eliminaron 3 ítems, por lo que nuestro test se quedó finalmente con 21 ítems. También es relevante mencionar que tras dicho análisis algunos ítems fueron movidos del factor al que inicialmente pertenecían y que el segundo factor pasó a llamarse autoconcepto. Algunos ejemplos de ítem representativo del factor son: autoestima física: *“En las discotecas suelo ligar bastante”*; autoconcepto: *“Me siento orgulloso/a de todos mis estudios o trabajos realizados”*; autoestima emocional: *“Cuando la gente dice algo malo de mí, me suele afectar mucho”*.

Finalmente se les preguntaba acerca de la edad, sexo, nivel de estudios, nivel económico y si tenían pareja. Dicho cuestionario fue administrado a los participantes de forma personal y por internet.

Procedimiento:

Nuestra investigación es un diseño cuantitativo y correlacional. Tras el diseño del test se buscó una muestra bastante amplia para que hubiese aproximadamente cinco personas por ítem. Las instrucciones estaban escritas en la parte superior del cuestionario, que ha sido añadido como Anexo I.

El cuestionario fue pasado por internet y de forma impresa. La hora y el lugar en los que se les pasó a los sujetos fue de forma aleatoria, según la disponibilidad de éstos. Todos los test eran realizados de forma individual por un sujeto, independientemente de que hubiera más personas realizándolo al mismo tiempo. Los participantes tuvieron

tanto tiempo para contestar a las preguntas del test como ellos mismos consideraban necesario, aunque ningún caso superó los 20 minutos. Lo único que se les pedía era que se concentrasen en su propio cuestionario y que fueran sinceros.

Resultados

Con los resultados obtenidos se realizó un análisis psicométrico por medio del programa estadístico informático SPSS 15.0 para Windows. Los análisis realizados fueron los siguientes:

Análisis de calidad de los ítems y de fiabilidad:

Antes de la realización de dicho análisis se tuvo que desinvertir los ítems invertidos para que correspondieran con la escala de valores.

Al realizar el análisis de fiabilidad por primera vez, se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0,724, por lo que resultó ser bueno, sin embargo como había ítems que no llegaban al 0,1 de correlación fueron eliminados. Estos ítems fueron el número 4, 14 y 21. Por lo que el cuestionario quedó con 21 ítems, y con un valor de Alfa de Cronbach de 0,743. En la siguiente tabla se muestra los valores de los ítems antes y después de eliminar aquellos que no se consideraron buenos.

Tabla 1. *Valores de correlación de los ítems y consistencia interna*

| Ítems | Correlación elemento-total corregida | Alfa de Cronbach si se elimina el elemento |
|------------------------------|--------------------------------------|--|
| autoestima_fisica_item1 | ,512 | ,720 |
| autoestima_emocional_item2 | ,343 | ,732 |
| autoestima_emocional_item3 | ,225 | ,741 |
| autoestima_intelectual_item4 | ,086 | (eliminado) |
| autoestima_fisica_item5 | ,490 | ,721 |
| autoestima_intelectual_item6 | ,388 | ,728 |
| autoestima_intelectual_item7 | ,258 | ,737 |
| autoestima_emocional_item8 | ,201 | ,740 |

| | | |
|---|------|-------------|
| autoestima_fisica_item9 | ,475 | ,721 |
| autoestima_fisica_item10 (desinvertido) | ,450 | ,724 |
| autoestima_emocional_item11 (desinvertido) | ,179 | ,743 |
| autoestima_intelectual_item12 | ,454 | ,723 |
| autoestima_intelectual_item13 (desinvertido) | ,210 | ,742 |
| autoestima_intelectual_item14 | ,057 | (eliminado) |
| autoestima_emocional_item15 (desinvertido) | ,173 | ,745 |
| autoestima_intelectual_item16 | ,192 | ,741 |
| autoestima_fisica_item17 (desinvertido) | ,267 | ,739 |
| autoestima_fisica_item18 (desinvertido) | ,226 | ,741 |
| autoestima_emocional_item19 | ,350 | ,731 |
| autoestima_fisica_item20 | ,328 | ,731 |
| autoestima_intelectual_item21 | ,088 | (eliminado) |
| autoestima_emocional_item22 | ,539 | ,715 |
| autoestima_emocional_item23 | ,154 | ,747 |
| autoestima_fisica_item24 | ,137 | ,745 |

Análisis de validez:

El análisis factorial exploratorio sirve para explicar el porcentaje total de la varianza que se explica con nuestros factores. Nosotros consideraremos un porcentaje alto a aquel que se encuentre por encima del 40 o 50%, esto significará que controlamos la varianza y no están influyendo variables extrañas. En esta investigación se hizo la matriz de componentes con *Varimax*, con ésta obtuvimos tres factores que explicaban el 40'66%. Viendo que dicha varianza se colocaba por encima del 40% y que nuestra hipótesis se cumplía, se tomó como válida. Sin embargo, lo que no se cumplía eran los

ítems de cada factor, el primer factor (autoestima física) estaba compuesto por los ítems 9, 12, 16, 20 y 22, pero después del análisis fueron añadidos los ítems 3, 6, 19, 23 y 24. El segundo factor (autoestima intelectual) estaba compuesto por el ítem 7, y fueron añadidos los ítems 1, 2, 5 y 8, por lo que este factor pasó a denominarse “autoconcepto” en vez de autoestima intelectual. Y el tercer factor (autoestima emocional) estaba compuesto de los ítems 11, 13, 15 y 18, pero después fueron añadidos los ítems 10 y 17.

Tabla 2. *Varianza total explicada*

| Componente | Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción | | |
|------------|--|------------------|-------------|
| | Total | % de la varianza | % acumulado |
| 1 | 4,096 | 19,505 | 19,505 |
| 2 | 2,687 | 12,797 | 32,303 |
| 3 | 1,756 | 8,362 | 40,664 |
| 4 | | | |
| 5 | | | |

Y a continuación se muestra la tabla con la saturación de los ítems en cada factor.

Tabla 3. *Forma de agrupación de los ítems por factores según el grado de saturación*

| Items | Componente | | |
|------------------------------|------------|------|------|
| | 1 | 2 | 3 |
| autoestima_fisica_item1 | ,397 | ,595 | |
| autoestima_emocional_item2 | | ,748 | |
| autoestima_emocional_item3 | ,310 | | |
| autoestima_fisica_item5 | | ,623 | ,382 |
| autoestima_intelectual_item6 | ,489 | | |
| autoestima_intelectual_item7 | | ,629 | |
| autoestima_emocional_item8 | | ,393 | |
| autoestima_fisica_item9 | ,562 | ,456 | |
| autoestima_fisica_item10 | | ,436 | ,544 |

| | | | |
|---|------|------|------|
| (desinvertido) | | | |
| autoestima_emocional_item11 (desinvertido) | | | ,531 |
| autoestima_intelectual_item12 | ,559 | ,347 | |
| autoestima_intelectual_item13 (desinvertido) | | | ,576 |
| autoestima_emocional_item15 (desinvertido) | | | ,651 |
| autoestima_intelectual_item16 | ,394 | | |
| autoestima_fisica_item17 (desinvertido) | | ,345 | ,637 |
| autoestima_fisica_item18 (desinvertido) | | | ,667 |
| autoestima_emocional_item19 | ,616 | | |
| autoestima_fisica_item20 | ,672 | | |
| autoestima_emocional_item22 | ,685 | | |
| autoestima_emocional_item23 | ,503 | | |
| autoestima_fisica_item24 | ,503 | | |

Discusión

Lo que se pretendía con esta investigación era construir un test que sirviera de medida del constructo autoestima, y comprobar la hipótesis inicial de que éste contenía tres factores: autoestima física, autoestima intelectual y autoestima emocional.

Los resultados nos han mostrado que la hipótesis de la que partíamos es verdadera, la autoestima puede contener tres factores, sin embargo, la ubicación de cada uno de los ítems en su respectivo factor no ha coincidido en todos, llegando al punto de tener que cambiar el nombre de un factor, ya que sus ítems habían variado demasiado. Se podría decir que nuestro cuestionario es moderadamente fiable, pues el análisis de fiabilidad nos muestra un buen resultado, mientras que el análisis de validez lo hemos considerado como bueno dentro de los límites ya que está cerca de 40%, si ese resultado hubiese sido más bajo nuestra hipótesis no habría sido aceptada.

En cuanto a las debilidades del test, en el momento de pasarlo a los sujetos hubo muchos que tuvieron dudas para contestar los ítems que contenían alguna negación, por ejemplo, *“No me da miedo decir lo que pienso”*, sin embargo otros no preguntaron nada, por lo que esto ha podido influir en los resultados, al dar una respuesta cuando verdaderamente es otra, otro aspecto que se podía haber mejorado es el lugar donde se pasaron los cuestionarios ya que muchos se pasaron en bares o terrazas, y esto repercute en que la concentración del sujeto no fue la misma que en un lugar más tranquilo o con menos gente.

Para futuras investigaciones sería interesante un estudio con una muestra mayor y que tuviera más variedad de edades, ya que la gran mayoría de los participantes eran estudiantes, también sería interesante un control de la aplicación del cuestionario y una mejora en la redacción de los ítems para evitar las confusiones antes mencionadas.

Referencias

- Muñoz, M. J. y Ruiz, A. (2008). Nivel de autoestima y correlación con comportamientos de riesgo en alumnos de la Universidad de Almería. *Enfermería Clínica*, 18(2), 70-76.
- Gutiérrez, P.; Camacho, N. y Martínez, M. (2007). Autoestima, funcionalidad familiar y rendimiento escolar en adolescentes. *Atención Primaria*, 39(11), 597-603.
- Bragado, C.; Hernández, M. J.; Sánchez, M. L. y Urbano, S. (2008). Physical self-concept, anxiety, depression and self-esteem in children with cancer and healthy children without cancer history. *Psicothema*, 20(3), 413-419.

Anexo I

CUESTIONARIO

El siguiente test pretende medir algunos aspectos de su personalidad ante determinadas situaciones, no existen preguntas correctas ni incorrectas, así que por favor conteste de la forma más sincera posible. Este cuestionario es de carácter anónimo y sólo quedará entre el experimentador y el sujeto que lo realice, por lo que los datos no serán divulgados. Para cada pregunta deberá responder marcando con una X la opción que más se ajuste a su situación según la presente escala.

ESCALA

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|-------|------------|-------------|-------------|----------|---------|
| Nunca | Casi nunca | Pocas veces | Normalmente | A menudo | Siempre |

| CUESTIONARIO | PUNTUACIÓN | | | | | |
|--|------------|---|---|---|---|---|
| 1. Cuando salgo de fiesta los/as chicos/as se fijan en mí | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. Suelo sentirme feliz y afortunado/a | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. No me importa hablar de mis defectos con otras personas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. Cuando hago trabajos en grupo, me gusta repasarlo todo porque no confío en que las otras personas lo hayan hecho bien | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. Cuando me miro al espejo me siento bien conmigo mismo/a | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. Suelo hacer comentarios bastante inteligentes | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. Me siento orgulloso/a de todos mis estudios o trabajos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. Me gusta conocer a otras personas y no me encierro sólo en mi grupo de amigos/as | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. Cuando voy a la playa me siento observado/a debido a mi buena imagen corporal | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. A veces pienso que no sirvo para nada | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11. Nunca tomo una decisión sin haberlo consultado antes con mis amigos/as | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12. En las discotecas suelo ligar bastante | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|-------|------------|-------------|-------------|----------|---------|
| Nunca | Casi nunca | Pocas veces | Normalmente | A menudo | Siempre |

| | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|
| 13. Intento evitar las situaciones nuevas en las que crea que me puedo sentir rechazado/a o desplazado/a | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14. Siempre espero obtener buenas calificaciones | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15. Cuando la gente dice algo malo de mí, me suele afectar mucho | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16. En ocasiones, cuando me habla una persona que no conozco de nada, pienso que está intentando ligar conmigo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17. Me gustaría cambiar partes de mi cuerpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18. Me pongo nervioso/a cuando hablo delante de mucha gente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19. Creo que poseo una gran facilidad para aprender las cosas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20. Dedico mucho tiempo a cuidar mi aspecto físico | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 21. Cuando fallo en algo, se reconocer mi error e intento arreglarlo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22. Mis amigos/as dicen que soy muy atractivo/a | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23. No me da miedo decir lo que pienso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24. Siempre recuerdo todo lo aprendido | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Para finalizar, por favor rellene los siguientes datos:

- Edad:
- Sexo:
- Pareja:
- Nivel de estudios:
- Nivel económico:

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.