



# Construcción y análisis psicométrico del constructo autoestima

María Ruiz Chueca

Universidad de Zaragoza

## Resumen

La autoestima es el valor que cada uno se atribuye a sí mismo. Mediante este estudio se ha tratado de analizar la autoestima de la población adolescente, y de demostrar que este cuestionario era un buen instrumento de medida. El cuestionario se repartió entre una población de 15 a 25 años. Se realizó a 125 sujetos, una muestra representativa de la población estudiada.

Tras realizar diversos análisis se obtuvo un alfa de Cronbach de 0.823, y en cuanto al análisis de validez se obtuvo una varianza total explicada de 49,482 % y una división en 5 factores.

Palabras clave: autoestima, concepto, confianza, toma de decisiones, aspecto físico.

## Abstract

Self esteem reflects a person's overall appraisal of his or her own worth.

Through this research, young adults' self-esteem has been analysed. It has also been proved that this survey has been a good tool of analysis. 125 people, aged between 15 and 25 years old, took the survey.

After some analysis, an *Alfa de Cronbach* of 0.823 was found, and as far as the validity analysis is concerned, a *Varianza Total Explicada* of 49.482% was obtained and a 5-factor-division.

Key words: self-esteem, concept, self-confidence, take decisions, physical appearance.

## Introducción

La autoestima es, teóricamente, el valor personal que un individuo asocia a la imagen de sí mismo, pero esta definición no está completa cuando tratamos de profundizar en este concepto. Constantemente usamos este término, pero autoestima es mucho más que un concepto de nosotros mismos, también incluye la confianza en nuestra capacidad de pensar y de enfrentarnos a los desafíos, la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices, además del sentimiento de ser respetados, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias. La esencia de la autoestima es confiar en la propia mente y saber que somos merecedores de la felicidad.

El nivel de nuestra autoestima tiene profundas consecuencias en cada aspecto de nuestra existencia: en nuestra forma de actuar, en la forma de relacionarnos, etc. Una alta autoestima se correlaciona con la racionalidad, el realismo o la intuición, con la creatividad, la independencia o la capacidad de aceptar cambios, sin embargo una baja autoestima se correlaciona con la irracionalidad, la rigidez, el miedo a lo nuevo, ceguera ante la realidad, situación defensiva, por lo que se ve la alta autoestima busca nuevos retos y unas metas dignas, mientras que los sujetos que no gocen de ella se refugian en la seguridad de lo conocido.

La autoestima es una necesidad humana básica, con esto me refiero a que juega un papel fundamental en el proceso vital, es un aspecto indispensable para un desarrollo normal del individuo, sin un buen desarrollo de esta, el crecimiento psicológico resulta entorpecido.

A través de los test psicológicos es posible medir aspectos de la medida no cuantificables directamente, no observables. En este estudio vamos a tratar de reflejar el nivel de autoestima de la población adolescente, escogiendo una muestra de entre 15 y 25 años.

La adolescencia es la etapa en la que la autoestima sufre un mayor número de cambios, por lo que es la etapa en la que la autoestima se puede ver más afectada. Se van a tener en cuenta varios factores como la concepción física, la capacidad de toma de decisiones y la concepción que los demás crees que tienen de ti.

A través de estos factores, entre otros, creo que puede ser posible tener un buen análisis del autoestima de esta población. Por tanto, mi hipótesis, es que este cuestionario es buen instrumento para la medición de la autoestima. Esto será comprobado mediante diversos análisis del SPSS, que luego serán detalladamente explicados en apartados posteriores.

He de decir que antes de comenzar a construir mis cuestionario consultes trabajos anteriores de otros autores respecto a este tema como *Los seis pilares de la autoestima, el libro definitivo sobre la autoestima por el mas importante especialista en la materia*, Nathaniel Branden, Barcelona, 1995.

## Método

### *Participantes*

El estudio se ha realizado con una muestra de 125 jóvenes de entre 16 y 25 años. La procedencia es diversa, aunque todos son de origen español. Todos son de un nivel económico medio-alto, y en cuanto al nivel de estudios, existen más variaciones, teniendo en cuenta, que algunos estudiaban bachillerato, otros en la universidad y otros cursos de formación profesional. La mayor parte de los jóvenes tienen 18 años (media de 18,79), en cuanto al sexo, existe una gran mayoría de mujeres, siendo un 78,4% mujeres y un 21,6 % varones.

### *Medida*

Para realizar este estudio se ha utilizado un test impreso en papel compuesto por 32 ítems, que responden a diferentes factores, como la consideración física y psicológica de uno mismo, la capacidad de toma de decisiones y la opinión que crees que los demás tienen de ti. Además he creído convenientes incluir seis ítems de deseabilidad social que conseguirán que nuestro test tenga una mayor validez interna. Por último he creído conveniente incluir varias preguntas demográficas para poder tener una mejor información de los participantes, aunque siempre respetando su anonimato.

Los sujetos pueden elegir responder 1 (nunca), 2 (pocas veces), 3 (algunas veces), 4 (la mayoría de las veces) o 5 (siempre).

El test fue realizado en contextos diversos, y siempre en formato papel.

*Procedimiento*

A pesar de que el contexto no era el mismo en todos los sujetos, el procedimiento ha sido semejante, todos los sujetos fueron informados acerca de los objetivos y de las características del test de la misma manera. Tras ser debidamente instruidos, todos obtuvieron una copia idéntica del test (anexo 1) para que pudieran rellenarlo. Todos eran recogidos en el acto.

Los contextos en los que se recogió fueron el campus de Teruel de la universidad de Zaragoza, el bachillerato de las Escuelas Pías de Zaragoza, el cursillo de monitor de tiempo libre de Caritas en Zaragoza, en las diversas bibliotecas así como sujetos sueltos que aceptaron rellenar el cuestionario.

## Resultados

Con los resultados obtenidos en los test he realizado dos tipos de análisis para poder validar el cuestionario. Los dos análisis son el de fiabilidad y el de validez.

Antes de realizar ambos análisis he tenido que desinvertir todos los ítems que daban los resultados invertidos.

Además he creído convenientes realizar un análisis del grado de deseabilidad social que presentaban los sujetos, obteniendo unas puntuaciones de entre 9 y 28, eliminando así el único sujeto que puntuó 28 y los 3 sujetos que puntuaron 24.

Tras haber realizado estas tareas, he realizado en primer lugar el análisis de fiabilidad y en segundo lugar, el análisis de validez.

*Análisis de fiabilidad*

*Tabla 1. Análisis de calidad de los ítems*

Ítem	Correlación elemento-total corregida	Correlación elemento-total corregida
1	0.458	0.475
2	0.345	0.316
3	0.066	Eliminado

4	0.415	0.410
5	0.427	0.432
6	0.223	0.249
7	0.314	0.281
8	0.371	0.391
9	0.324	0.344
10	0.167	Eliminado
11	0.641	0.632
12	0.293	0.283
13	0.318	0.323
14	0.209	0.228
15	0.292	0.306
16	0.126	Eliminado
17	0.540	0.556
18	0.566	0.592
19	0.258	0.277
20	0.313	0.289
21	0.226	0.226

22	0.265	0.280
23	0.355	0.387
24	0.583	0.590
25	0.297	0.320
26	0.339	0.342

En la segunda columna podemos observar la correlación elemento-total corregida realizada con todos los ítems, exceptuando lo de deseabilidad social, y los demográficos. Con todos ellos obtuvimos un alfa de Cronbach de 0.807. Creí conveniente eliminar algunos de los ítems que puntuaban más bajo, para así poder aumentar el alfa de Cronbach. Tras suprimir los ítem 3 (0.66), 10 (0.167) y 16 (0.126) el alfa de Cronbach aumentó hasta 0.823.

#### *Análisis de validez*

Inicialmente habían sido propuestos para este test 3 factores distintos con lo que se explicaría el 36,414%; al ser un porcentaje muy bajo, procedí a realizar el análisis factorial mediante rotación oblimin en el SPSS. Fueron extraídos 8 factores, con lo que se explicaría 63,134 %.

Tabla 2. Matriz de estructura con Oblimin

	Componente							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Ítem_11_desinv ertido	<b>,712</b>							
ítem_18_desinv ertido	<b>,684</b>					<b>-,361</b>		
me siento querido por la gente	<b>,673</b>							
me siento satisfecho/a con lo que hago	<b>,646</b>	<b>,323</b>						
me siento a gusto con mi cuerpo	<b>,568</b>					<b>-,363</b>		
Ítem_5_desinve rtido	<b>,519</b>							
me resulta fácil tomar	<b>,475</b>			<b>,421</b>				<b>-,310</b>

decisiones								
luchó por								
conseguir lo								
que quiero	<b>,470</b>	,422				-,426		
aunque sea								
complicado								
Ítem_23_desinv								
ertido	<b>,463</b>	-,406						
Ítem_9_desinve								
rtido	<b>,436</b>			,303		-,391	-,321	
Ítem_20_desinv								
ertido	<b>,365</b>		,358		-,352			
Ítem_15_desinv								
ertido	,393	<b>-,469</b>	,466					
antepongo los								
intereses		<b>,444</b>	,381					,344
ajenos a los								
míos								
Ítem_12_desinv								
ertido	,354	<b>-,396</b>						,381
Ítem_7_desinve								
	,376	<b>-,384</b>	-,313				,304	

rtido							
Ítem_25_desinv	,383		<b>,507</b>				,356
ertido							
Ítem_2_desinve	,416	-,379	<b>-,447</b>				
rtido							
creo que soy							
capaz de atraer	,357	,426	<b>-,433</b>		,406		
a personas del							
genero opuesto							
Ítem_19_desinv	,340				<b>,675</b>		
ertido							
siempre digo lo							
que pienso		,359		<b>-,377</b>		,322	
me planteo							
metas y							
objetivos en mi	,421				<b>-,541</b>		
vida							
me resulta fácil							
establecer							
amistades	,391		<b>-,303</b>			<b>,621</b>	



acepto las cosas tal y como vienen	,514			
la mayoría de la veces tengo yo razón	,469			
siempre digo lo que pienso	,462		,342	
Item_5_desinvertido	,371			,344
Item_2_desinvertido		,777		
Item_7_desinvertido		,634		
Item_11_desinvertido		,570		,358
item_18_desinvertido		,468	,466	
me siento a gusto con mi cuerpo	,399	,450		,339
Item_12_desinvertido		,448	,319	
me resulta fácil establecer amistades		,356		
item_25_desinvertido			,622	
Item_15_desinvertido			,618	,367
Item_23_desinvertido		,436	,582	
Item_20_desinvertido			,519	
me planteo metas				,722

y objetivos en mi vida					
luchó por conseguir lo que quiere aunque sea complicado	,327			,703	
Item_9_desinvertido				,525	,457
me siento querido por la gente	,422			,434	
Item_19_desinvertido					,780
me resulta fácil tomar decisiones	,307				,585

Tras esta distribución, procedo a exponer la repartición definitiva de los ítems por factores.

Factor 1 (aceptación de uno mismo): ítems 5 (me gustaría cambiar mi carácter), 6 (la mayoría de la veces tengo yo razón), 14 (siempre digo lo que pienso), 17 (me siento satisfecho/a con lo que hago), 21 (acepto las cosas tal y como vienen) y 22 (creo que soy capaz de atraer a personas del género opuesto).

Factor 2 (actitud respecto al resto): ítems 1 (me siento a gusto con mi cuerpo), 2 (siempre veo más fallos en mi que en el resto), 7 (lo que hagan los demás tiene más valor que lo que hago yo), 11 (me siento inferior al resto), 12 (me preocupa la visión que los demás tienen de mi), 13 (me resulta fácil establecer amistades) y 18 (vivo constantemente pendiente de mis complejos).

Factor 3 (valoración de ti mismo respecto a los demás): ítems 15 (me comparo con los demás continuamente), 20 (cuando me hacen una crítica me enfado), 23 (lo que dicen los demás tienes más valor que lo digo yo) y 25 (me dejo influir fácilmente)

Factor 4 (metas logros personales): ítems 8 (luchó por conseguir lo que quiero aunque sea complicado), 9 (pienso que no he logrado nada en mi vida), 24 (me siento querido/a por la gente) y 26 (me planteo metas y objetivos en mi vida).

Factor 5 (toma de decisiones): ítems 4 (me resulta fácil tomar decisiones) y 19 (pido una segunda opinión antes de tomar una decisión).

## Discusión

En este estudio se pretendía realizar principalmente dos tareas. En primer lugar construir un instrumento válido para la medición de la autoestima y por otro lado comprobar la validez del mismo, confirmando así la hipótesis planteada en la introducción del estudio.

De acuerdo con los análisis realizados mediante el SPSS se confirma que este cuestionario es buen instrumento de medida, aunque el análisis factorial inicial no era el más adecuado, ya que habían sido planteados 3 factores y finalmente ha quedado dividido en 5 factores, una división más próxima a los trabajos de los autores consultados. Esto puede deberse a la toma de un mal punto de vista del constructo a estudiar, sin embargo con la distribución final el test podría considerarse válido.

Analizando los datos se puede observar que existen resultados muy dispares por lo que puede afirmarse que la muestra estudiada goza de una amplia variabilidad de su nivel de autoestima.

Para poder realizar un mejor análisis del autoestima podrían tenerse en cuenta otros factores externos a la persona, como el contexto en el que vive o se mueve.

## Referencias

*Gran diccionario de psicología.* Henriette Bloch, Roland chemana, Alain Gallo, Pierre Leconte, Jean-François Le Ny, Jacques Postel, Serge Moscovici, Maurici Revchin y Eliane Vurpillot. Ediciones del prado, 1996, Madrid.

*Los seis pilares de la autoestima, el libro definitivo sobre la autoestima por el más importante especialista en la materia,* N. branden. Ediciones paidos, Barcelona, 1995.

*La psicología de la autoestima,* N. Branden. Ediciones paidos, Barcelona, 2001

## Anexo1

En el siguiente test se le va a plantear una serie de preguntas acerca de sus actitudes antes algunas situaciones y pensamientos, ninguna de ellas miden inteligencia o personalidad. Es totalmente anónimo, por favor responda con la máxima sinceridad posible, no hay preguntas correctas ni incorrectas.

Responda en una escala del uno al cinco, siendo:

1	2	3	4	5
Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	siempre

Me siento a gusto con mi cuerpo	1	2	3	4	5
Siempre veo más fallos en mi que en el resto	1	2	3	4	5
Antepongo los intereses ajenos a los míos	1	2	3	4	5
Me resulta fácil tomar decisiones	1	2	3	4	5
No hablo de la gente a sus espaldas	1	2	3	4	5
Me gustaría cambiar mi carácter	1	2	3	4	5
La mayoría de las veces tengo yo razón	1	2	3	4	5
Lo que hagan los demás tiene más valor que lo que yo hago	1	2	3	4	5
No suelo criticar a la gente	1	2	3	4	5
Lucho por conseguir lo que quiero, aunque sea complicado	1	2	3	4	5
Pienso que no he logrado nada en mi vida	1	2	3	4	5
Evito situaciones en las que creo poder ser rechazado	1	2	3	4	5
Me siento inferior al resto	1	2	3	4	5
Siempre soy puntual	1	2	3	4	5

1	2	3	4	5	
Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	siempre	
Me preocupa la visión que los demás tienen de mí	1	2	3	4	5
Me resulta fácil establecer amistades	1	2	3	4	5
Siempre digo lo que pienso	1	2	3	4	5
Me comparo con los demás continuamente	1	2	3	4	5
No suelo hacer correr rumores del resto	1	2	3	4	5
Soy capaz de aceptar críticas	1	2	3	4	5
Me siento satisfecho/a con lo que hago	1	2	3	4	5
Vivo constantemente pendiente de mis complejos	1	2	3	4	5
Pido una segunda opinión antes de tomar una decisión	1	2	3	4	5
Cuando me hacen una crítica me enfado	1	2	3	4	5
Acepto las cosas tal y como vienen	1	2	3	4	5
Pierdo el tiempo constantemente	1	2	3	4	5
Creo que soy capaz de atraer a personas del género opuesto	1	2	3	4	5
Lo que dicen los demás es más interesante que lo que digo yo	1	2	3	4	5
Me siento querido/a por la gente	1	2	3	4	5
Nunca miento	1	2	3	4	5
Me dejo influir fácilmente	1	2	3	4	5
Me planteo metas y objetivos en mi vida	1	2	3	4	5

A continuación, por favor, responda a estas preguntas, con el único fin de poder realizar un mejor análisis de los resultados.

Edad:

Género:

Profesión:

¿Tiene pareja?

¿Se siente a gusto con lo que está estudiando?

¿Tiene un grupo estable de amigos? ¿Se siente a gusto con ellos?

¿Le gusta salir con ellos?