

**HABILIDADES PARA LA VIDA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE PRIMER
SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE SAN JOSÉ DE CÚCUTA**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Coautora

SANDRA MILENA CARRILLO SIERRA

Asesor

**MANUEL ERNESTO RIAÑO GARZÓN
INVESTIGACIÓN PSICOLÓGICA III**

Autores

**CLARO SAAVEDRA SHIRLEY TATIANA
MONTES YÁÑEZ ANDREA DEL PILAR
ORTIZ ARANGO JAIRO ANDRÉS
ROJAS OVALLOS RUBÍ PAOLA**

**UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR- SEDE CÚCUTA
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
San José de Cúcuta, junio, 2019**

**HABILIDADES PARA LA VIDA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE PRIMER
SEMESTRE DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE SAN JOSÉ DE CÚCUTA**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Autores

CLARO SAAVEDRA SHIRLEY TATIANA

MONTES YÁÑEZ ANDREA DEL PILAR

ORTIZ ARANGO JAIRO ANDRÉS

ROJAS OVALLOS RUBÍ PAOLA

UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR- SEDE CÚCUTA

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

San José de Cúcuta, junio, 2019

TABLA DE CONTENIDO

TÍTULO	4
PROBLEMA	5
Planteamiento del Problema	5
Formulación del Problema	9
Justificación	9
OBJETIVOS	12
Objetivo General	12
Objetivos Específicos	12
MARCO REFERENCIAL	13
Antecedentes	13
Marco Teórico	21
Marco Conceptual	32
Marco Contextual	36
Marco Legal	40
DISEÑO METODOLÓGICO	47
Población y Muestra	49
Técnicas e Instrumentos	50
ANÁLISIS DE RESULTADOS	54
DISCUSIÓN	57
Conclusiones	64
Recomendaciones	65
Referencias Bibliográficas	66

TÍTULO

Habilidades para la vida y autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de San José de Cúcuta.

PROBLEMA

Planteamiento del Problema

La educación es un proceso cultural, y el concepto de este puede cambiar según el contexto y la condición natural en la que se encuentre el hombre (León, 2007). La situación en Colombia referente a la educación ha sido siempre un tema enrevesado de estudios e investigaciones arduas que busca establecer las bases necesarias para lograr una estabilidad y posterior crecimiento de competencias que permitan al individuo en desarrollo desenvolverse en un contexto social, laboral y afectivo de manera eficiente y equilibrada.

Pero, ¿por qué la educación viene a ser un argumento importante dentro de esta Investigación?; la educación es un medio poderoso para disminuir los factores de riesgo que rodean y afectan el desarrollo socio afectivo en adolescentes y adultos jóvenes, según UNESCO en su publicación sobre ‘La situación educativa en América Latina y el caribe’ afirma que durante la década anterior aumento levemente la matrícula a la educación superior pasando de un 67% a un 72%, así mismo que existen evidencias que casi la mitad de los jóvenes entre edades de 20 a 24 años no completo la educación superior, explicando a que esto no solo depende del acceso o la falta de demanda académica, sino por la persistencia de altas tasas de repetición y deserción escolar(UNESCO,2013).

Estos porcentajes de la deserción académica genera un impacto en la comunidad educativa sobre qué es lo que influye para que los estudiantes universitarios decidan desertar y que los lleva

a que esta deserción se realice en un 36% en el primer año de la vida universitaria, así como lo reporto en un informe del 2016 el Banco Mundial para los países en desarrollo.

Así mismo, un estudio realizado por Larroucao (2015) de los factores determinantes de la deserción en el sistema universitario chileno, arrojó que la deserción universitaria es multicausal y ésta no sólo depende de factores socioeconómicos o demográficos, sino también de las habilidades individuales del estudiante.

Debido a lo anterior, existe una preocupación considerable ya que los retos que enfrentan las personas en este rango de edad (15-25 años) no solo son a nivel educativo pero si se derivan de éste y por ello es imprescindible analizar que dentro del desarrollo humano las habilidades para la vida es de suma importancia para la conservación básica del intelecto social, cognitivo y emocional, lo cual es la base para que se pueda enfrentar de forma adecuada los problemas y situaciones de estrés que se presentan en el diario vivir (Díaz, Rosero, Melo y Aponte, 2013), como la pobreza, la salud mental, la desigualdad, el área laboral, con la necesidad de idear una nueva orientación de la educación hacia el desarrollo de las habilidades, capacidades y actitudes que hagan parte de la formación académica, con el objetivo de que estas competencias puedan ser aprendidas y aplicadas por los estudiantes en su vida personal y social (UNESCO, 2013).

A nivel internacional las habilidades para la vida fue impulsada por la Organización Mundial de la Salud para promover la salud y prevenir la enfermedad (Martínez-Ruiz, 2014), tal iniciativa surgió del reconocimiento de que en los adolescentes no estaban totalmente adecuados para confrontar los diferentes retos del mundo actual (OMS, 1994), en Colombia FE Y ALEGRÍA,

“movimiento de Educación Popular Integral y Promoción Social” se han dado en la tarea de analizar minuciosamente el sector educativo junto con la realidad nacional en donde parte de la población más vulnerable, estos son: niños, niñas, adolescentes que viven en ambientes violentos y con índices altos de psicopatologías, enfermedades y situaciones de riesgo (Díaz et al 2013).

En la ciudad de Cúcuta, la Secretaría de Educación Municipal encargada de promover y fomentar el progreso y bienestar de la comunidad cucuteña en relación a los programas educativos, desarrolló un plan que inicio en el 2004 y que cubre los años de 2016 hasta el 2019, este plan se denomina “SÍ SE PUEDE PROGRESAR”; El documento que expone el plan de desarrollo destaca una propuesta de inclusión social en donde se encuentra el sector educativo en primera medida dentro de la dimensión social, y el cual establece que la educación es un derecho fundamental que debe tener cualquier ser humano, el cual permite a través de este el adquirir capacidades y habilidades que fomenten a una inclusión, equidad, igualdad y al mejoramiento de la calidad de vida individual y social (Departamento Administrativo de planeación Alcaldía San José de Cúcuta, 2016).

El plan de desarrollo antes descrito se focaliza en indicadores basados en garantías que presten el servicio de educación para todos los niveles y grados escolares y ampliando el acceso a la educación media y educación superior a los jóvenes, así como también erradicar el analfabetismo en la ciudad de Cúcuta, pero no establece un plan que involucre lo que en 1996 el ministerio de salud convocó para convertir habilidades para la vida en herramientas útiles para la educación formal, las cuales desarrollen estrategias que potencialicen el capital humano, por medio de la promoción de los factores protectores (Mantilla-Castellanos, 2001).

Estos aspectos tan importantes-anteriormente mencionados- para el desarrollo integral del ser humano trazan una línea clara para la correlación con la autoestima, pues la poca estimación que si tiene de sí mismo es un factor que puede desatar una inadaptación, la cual puede modificar el curso normal de la vida de una persona o más aun, la niñez o adolescencia (Melcón y Melcón, 1991, p. 493), y este proyecto proporcionará la posibilidad de relacionar ambos aspectos en la edad en donde Levinson, como lo citan Marzana, Pérez y González (2010), define que la fase del desarrollo entre los 17 y 33 años es la transición que hay hacia el mundo adulto y la construcción de una estructura de vida estable.

Por otra parte, según el Boletín de Salud Mental del Ministerio de Salud (2017), los trastornos mentales y neurológicos representan el 22% de la carga total de enfermedades en América Latina y el Caribe (OPS) dentro de éste grupo de enfermedades se encuentra la depresión el cual es uno de los diagnósticos más frecuentes en los servicios de atención primaria en salud.

Bermúdez, (2017) citando a la Organización Mundial de la Salud hace referencia a que la depresión es un trastorno mental que se caracteriza por la pérdida del interés, placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, esta última haciendo referencia a que es una de las variables a estudiar en esta investigación y una característica de este trastorno, por lo cual hace parte de una problemática social; así mismo, la OMS señala que la población adolescente a nivel mundial ocupa en el primer puesto la depresión entre las principales causas de enfermedades y discapacidad.

A lo largo de esta investigación, teniendo en cuenta que las capacidades y habilidades de un ser humano hacen parte de las destrezas psicosociales que permiten a las personas poder confrontar con éxito los desafíos que se presentan diariamente (Mantilla-Castellanos, 2001) y que aún no se han realizado investigaciones que integren estos dos factores, logrando así un aporte significativo no solo a la comunidad científica sino especialmente al área de psicología educativa, la cual tiene su campo de acción en 4 áreas principales: las habilidades sociales, emocionales e intelectuales, convivencia social y salud mental, la inclusión y la diversidad, y la gestión curricular de aula y escolar de calidad (Barraza-López, 2015).

De acuerdo con lo anterior es importante destacar que esta investigación, aunque no fue realizada en base a estudiantes directamente sino a los docentes y sistema educativo en general en cuanto a estrategias, planes de acción entre otros, es realmente significativa pues se desenvuelve en contextos escolares que son escenarios del desarrollo humano y centro de la problemática de esta investigación.

Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre habilidades para la vida y autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de San José de Cúcuta?

Justificación

En la actualidad las Instituciones Educativas, han asumido como reto desarrollar programas de habilidades para la vida en los estudiante, con el fin de que éstos adquieran o mantengan las

competencias psicosociales que les permitirán afrontar de manera exitosa las exigencias que ofrece la vida en el día a día y así mismo a adquirir estilos de vida saludables, reconociendo que la educación tiene el potencial para promover entornos sanos (Montoya-Castilla y Muñoz-Iranzo, 2009; UNESCO, 2017; UNICEF, s/f).

Es así como las habilidades para la vida están dirigidas inicialmente a la población infantil y adolescente, con el fin de promover una salud integral e integra y prevenir riesgos psicosociales (OPS, 2001). Después de varios estudios realizados por OMS, se identificaron diez habilidades para la vida, siendo estas las bases para afrontar situaciones difíciles que se presentan en el diario vivir, estas habilidades son: toma de decisiones, solución de problemas, pensamiento creativo, pensamiento crítico, comunicación asertiva/ efectiva, establecimiento, mantenimiento y terminación de relaciones interpersonales, autoconocimiento, empatía, manejo de emociones y sentimientos y manejo de tensión y estrés (Piedra-Chacón, 2014).

Por otra parte, la autoestima como la segunda variable de esta investigación, es parte del ciclo de vida del individuo y una de las variables con mayores estudios investigativos debido a la importancia de esta en el comportamiento, así como lo expresan Cogollo, Campo-Arias y Herazo (2015). Así mismo, es necesario saber que el concepto de autoestima estará siempre sujeto a la interacción con el entorno y al proceso del desarrollo por el que la persona está pasando, como lo afirman Caso- Niebla, Hernández- Guzmán y González- Montecinos (2011).

De esta forma sabiendo que la autoestima hace parte de la vida de una persona es relevante continuar con los estudios que ejemplifiquen que otros factores se ven afectados por esta variable o cuales determinan la obtención de una buena autoestima, es por ello que ésta investigación tiene

como finalidad resaltar la importancia de relacionar las habilidades para la vida y la autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de la ciudad de San José Cúcuta, Norte de Santander, tomando como eje principal la propuesta planteada por OMS de la importancia a que los niños, niñas y adolescentes adquieran herramientas que le serán útiles para afrontar problemas en la cotidianidad.

Ahora bien, el interés de esta investigación es relacionar estas dos variables ya que proporciona a la ciencia investigativa y teórica un capital de conocimiento sobre la autoestima y la relación que tiene con las habilidades para la vida., teniendo en cuenta que no hay estudios recientes que hagan relación a estas dos variables.

En esta misma perspectiva la investigación brinda aportes para el área metodológica, ya que los instrumentos utilizados como lo son el test de habilidades para la vida y la escala de autoestima de Rosenberg son aspectos importantes para tener en cuenta el cumplimiento y verificación de los objetivos planteados, aumentando esto a la validez de los instrumentos aplicados.

De igual forma, esta investigación generara un aporte en el ámbito educativo, ya que las instituciones educativas pueden implementar programas en pro de estas dos variables, así mismo dar un reconocimiento a la ciudad de Cúcuta-Norte de Santander y a la Universidad Simón Bolívar por los nuevos aportes investigativos referente a este tema.

OBJETIVOS

Objetivo General

Analizar la relación entre las habilidades para la vida y la autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de San José de Cúcuta

Objetivos Específicos

Identificar las habilidades para la vida en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de la ciudad de San José de Cúcuta, Norte de Santander por medio del test de habilidades para la vida HPV.

Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de la ciudad de San José de Cúcuta, Norte de Santander a través del Test de Autoestima de Rosenberg.

Relacionar las habilidades para la vida y la autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de la ciudad de San José de Cúcuta, Norte de Santander a través de los resultados de la escala de autoestima de Rosenberg y el Test HPV.

MARCO REFERENCIAL

Antecedentes

Los antecedentes que sustentan la investigación de habilidades para la vida y su relación con autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad Privada, han estudiado la temática, pero en contextos y sujetos distintos al de este estudio, por ende, son contribuciones que permiten valorar la importancia que desde otros escenarios han tenido estas variables de manera independiente. A continuación, se presentan algunos de estos:

Antecedentes Internacionales

El desarrollo de la siguiente Investigación realizada en Lima- Perú, se enfoca en el estudio de diferentes significados de autoestima, aportando información sólida basada en autores que proporcionan una visión sobre la evolución de este concepto, así como su influencia en diferentes contextos como el escolar y familiar (Rojas, 2017).

De acuerdo a lo anterior, esta investigación realiza un aporte temático importante, ya que proporciona información relevante como el desarrollo de la autoestima, sus componentes, tipos y características los cuales serán significativos como complemento teórico, y al momento del análisis de resultados ayudarán a la comprensión de los mismos y del comportamiento de esta variable en la población escogida.

Ahora bien, la siguiente investigación titulada “Autoestima en los universitarios Ingresantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante

el año 2015” tuvo como finalidad identificar el nivel de la autoestima cuando los estudiantes inician la carrera de medicina, de dicha variables se desprenden el autoestima general, autoestima física, autoestima social y autoestima familiar arrojando diferentes resultados, aplicada a 100 estudiantes tanto de sexo femenino como masculino que se encuentran entre los 17 y 23 años (Arrarte y Cordero, 2015).

Siendo una variable de esta investigación, aporta información a nivel contextual ya que fue realizada en universitarios logrando contrastar características del estudio en este aspecto, así como también en el aporte psicosocial ya que sus resultados sugieren que, para alcanzar una mejoría en esta variable y dentro del rango de dichas edades, se deben realizar cambios en las normas educativas realizadas por los padres de familia, y que pueden afectar o mejorar el desempeño al iniciar una carrera en instituciones de educación superior.

A continuación, la Investigación sobre “Habilidades para la vida como entrenamiento para la atención primaria de conductas adictivas” realizada en México, hace un estudio sobre como ejercitar dichas habilidades ayuda a mitigar el riesgo social que proporciona el consumo de sustancias Psicoactivas sobre todo en la población joven, en donde las políticas públicas y el papel educativo juegan un papel importante para la obtención de resultados en esta problemática de salud pública (Mojarro, Lozano, y García, 2017)

Teniendo en cuenta lo anterior, esta investigación aporta resultados cuantitativos sobre la influencia que tienen dichas habilidades para la prevención de situaciones de riesgo y enfermedad que se derivan del consumo de sustancias, así como de su eficacia en los contextos escolares para

su fortalecimiento y promoción de la salud como espacios en donde pueden desarrollarse para la adquisición de herramientas que les ayuden a enfrentar las dificultades de la vida diaria.

Por otra parte, la Investigación “Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida” (Pérez, León, y Coronado, 2017) realizó estudios que permitieran proponer alternativas para el desarrollo de dichas habilidades en jóvenes, y así lograr relaciones significativas en el ambiente en el que se desenvuelven.

Para la investigación anterior, fue necesario analizar evaluaciones realizadas a 37 jóvenes que aportaron como resultados concluyentes la importancia en el adiestramiento de las habilidades para la vida para la reducción de comportamientos asociales, sana convivencia y mejor aprovechamiento dentro de las aulas de clases, es decir, competencias que los ayuden a sobrellevar las diferentes situaciones en su entorno social.

La Investigación sobre “The effects of a life skills-based intervention on emotional health, self-esteem and coping mechanisms in Malaysian institutionalised adolescents: Protocol of a multi-centre randomized controlled trial” (Los efectos de una intervención basada en habilidades para la vida en emocional. Salud, autoestima y mecanismos de afrontamiento en Malasia. Adolescentes institucionalizados: Protocolo de un multicentro. Ensayo controlado aleatorio) realiza un estudio que ayuda a establecer si realizar un programa de intervención basado en habilidades para la vida ayuda a la salud emocional de los adolescentes en Malasia, el cual realiza un aporte social y educativo que consiste en sentar un precedente en la educación continua y puede

ser utilizado por Investigadores en el mismo campo (Mohammadzadeh, Awang, K.S, & Ismail, 2017).

Así mismo, esta investigación aporta a nivel científico el mejoramiento a futuro que pueden tener adolescentes en su etapa adulta con este tipo de intervenciones, ya que es en esa etapa en la que existen o pueden aparecer diversos problemas de salud mental, ayudando a su detección temprana y minimización con programas de promoción y prevención de problemas emocionales, sociales e interpersonales, entre ellos, programas de habilidades para la vida.

Antecedentes Nacionales

Ahora bien, el siguiente artículo: La mirada de los adolescentes al modelo de habilidades para la vida realizado en la ciudad de Medellín, muestra un estudio cualitativo en el que se identifica el desarrollo de dichas habilidades en adolescentes de 12 a 14 años para poder analizar la influencia de las instituciones educativas sobre llevar una vida sana en todos los aspectos (Alzate y Zapata, 2017).

El artículo anterior ayuda a comprender la importancia de la enseñanza de las habilidades para la vida en las escuelas para abordar las problemáticas sociales y así prevenir conductas de riesgo en los adolescentes, generando una formación integral en los niños y lograr un cambio en los currículos de las Instituciones educativas.

En el mismo orden de ideas, se realiza una investigación asociada a situaciones riesgosas en adolescentes que representan un problema de salud pública en la actualidad, “Actividad sexual temprana y embarazo en la adolescencia: estado del arte” (Tascón, Benítez, y Ospina, 2016) , la

cual establece que en la etapa entre los 10 y 19 años de edad, los adolescentes se encuentran expuestos a situaciones problemáticas que determinan su vida a futuro, estos son el alcohol, consumo de sustancias psicoactivas y tabaco, así como situaciones familiares, individuales, socioculturales y políticas.

Por esta razón, las habilidades para la vida y su entrenamiento sumado a la educación proporcionada en colegios, hogares y servicios en salud son estrategias eficaces para el enfrentamiento de estas problemáticas, teniendo en cuenta que la adolescencia es la etapa del ciclo vital en donde existe un alto riesgo en salud.

Por otro lado, en una investigación realizada en Bogotá-Colombia se relacionan los “Niveles de bienestar subjetivo y psicológico con variables sociodemográficas, satisfacción en las áreas vitales, variables de personalidad, autoestima y optimismo” (Ipzu-Martin y Portela-Cañón, 2017). Fue aplicada a 108 personas residentes en esa ciudad entre edades de 18-25 y 35-40 años.

Los resultados de esta investigación arrojaron que la relación entre los factores sociodemográficos con el bienestar psicológico en adultos se relaciona de manera positiva con el hecho de establecer buenas relaciones con los demás y consigo mismos, aportando a esta investigación el cómo los diferentes factores sociodemográficos pueden afectar o acertar a la persona en sí y todo lo que de ella pertenece, en este caso la autoestima.

En el siguiente antecedente el estudio es de tipo descriptivo correlacional sobre “La ideación suicida, emociones negativas, autoestima, satisfacción vital en adolescentes de la

localidad de Kennedy” (Giraldo y Mendivelso, 2016) donde se evalúan las emociones negativas, autoestima y calidad de vida y su vinculación con la ideación suicida en adolescentes de un colegio privado de la ciudad de Bogotá.

Los resultados proporcionados mostraron que los sujetos que participaron en la investigación están satisfechos con la vida, no tienen ideaciones suicidas y su autoestima es elevada, presentando al mismo tiempo bajos niveles de estrés, así como de depresión. Estos resultados apoyarían tesis de una relación directa entre autoestima y aquellas habilidades que ayudan a superar las dificultades de la vida diaria.

En ese mismo sentido, la investigación sobre los “Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en un grupo de personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga” reconoce las estrategias utilizadas por los sujetos ante situaciones estresantes, además de correlacionar la autoestima con las estrategias de afrontamiento. (Larrotta, Sánchez-Rojas, y Sánchez, 2016). Este estudio fue administrado a un grupo de 41 personas detenidas por delitos diversos y se concluyó que hay una correlación negativa entre la autoestima y las estrategias de afrontamiento, logrando exponer la importancia de una autoestima elevada para la resolución de problemas y para afrontar las diferentes situaciones que se presentan en el diario vivir, suministrando a su vez datos cualitativos para la investigación por estudio que realizan sobre la relación de la autoestima con las habilidades para la vida.

Antecedentes Regionales

A nivel local también se formulan propuestas que aportan resultados significativos en el estudio de las variables a investigar. En la ciudad de Cúcuta es importante abordar sectores vulnerables que sean objeto de Investigación para mejorar la calidad de vida de la población, es por esto que la Investigación titulada “Estrategias de intervención para favorecer la autoestima en los adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados del municipio de san José de Cúcuta” (Sánchez-Vergel y Anaya-García, 2012) aporta una caracterización específica del autoestima en este sector de la sociedad para lograr identificar estrategias de intervención que favorezcan a este grupo determinado. Teniendo en cuenta que tanto la investigación en adultos mayores como ésta propiamente dicha son correlacionales, contribuye de manera valiosa en cuanto a las técnicas utilizadas para procesar y analizar los datos, pues estos siguieron el orden de los objetivos utilizando los métodos estadísticos; así como también dentro de su referente teórico favorece a esta Investigación ya que en un principio y de manera global definen el autoestima y la importancia de su estudio, citando luego diferentes teóricos que participan con sus posturas en esta exploración científica.

Resulta oportuno tomar entonces la Investigación de (William, Stella, y Abad, 2016) sobre el “Estudio de los factores de calidad educativa en diferentes instituciones educativas de Cúcuta” ya que formula elementos internos y externos que hacen que la educación sea una educación de alta calidad, argumentando que no solo los resultados presentados en la escuela son importantes, sino que dicha calidad consiste en mejorar los procedimientos educativos y pedagógicos para desarrollar nuevas actividades relacionadas con la enseñanza-aprendizaje dentro del desarrollo humano, y que por tanto, sean significativas. De lo anterior, hacen parte factores intrínsecos como

la convicción, la estima y la autoestima de los involucrados propuestos por Braslavsky en el 2006. A partir de resultados dados en la investigación se vislumbraron dificultades para adoptar enfoques y modelos pedagógicos pertinentes afirmando que estos ejes merecen especial tratamiento como la formación para la complejidad y la interdisciplinariedad, y el desarrollo de habilidades meta cognitivas, esta última relacionado con el pensamiento crítico el cual hace parte de las habilidades cognitivas dentro de las habilidades para la vida.

Marco Teórico

Habilidades para la vida.

De acuerdo a como citan Morales, Benítez y Agustín, los cuales afirman que las habilidades para la vida son una agrupación de competencias que ayudan al individuo a actuar de manera eficaz ante situaciones de la vida cotidiana y su entorno, cooperando a la adquisición de comportamientos saludables que facultan a las personas para dirigir sus vidas (2013).

Si bien es cierto las habilidades para la vida, hacen referencia a esas acciones o medidas que llevan a cabo los seres humanos, a fin de tener un correcto y adecuado control de todas las situaciones que se le presentan en cada ámbito que hace parte de sus vidas, pues, se conoce que, existen diversas situaciones a las que se enfrentan los seres humanos, las cuales requieren de la puesta en práctica de ciertas acciones que van más allá de lo común, para alcanzar resultados favorables en lo que respecta a dicha situación.

En este caso los seres humanos deben emplear esfuerzos para llevar a cabo el desarrollo de sus capacidades habilidosas, a fin de tener cierta agilidad para dar lugar a la vivencia de sus experiencias en la vida cotidiana y dar solución a los problemas a los cuales les toque exponerse, y es a esto último, a lo que hacen referencia las habilidades para la vida.

Resulta necesario mencionar la base de las habilidades para la vida, de donde surge, lo cual fue ratificado por medio de la carta de Ottawa en cuanto a la promoción de la salud (Cuba y Albrecht, 2017) definiéndola como una táctica especial que da a la población los medios necesarios

para ejercer un mejor control sobre su salud, esas estrategias deberían acomodarse a las necesidades y recursos que cada región tuviese, y dar la oportunidad a las personas de elegir libremente esas condiciones saludables.

De este modo, la Carta de Ottawa se enfoca en darle un nuevo enfoque a lo que representa la salud pública para los ciudadanos, aboga por la generación de las condiciones y medios adecuados que permitan mejorar la salud de la población a través del establecimiento del debido control sobre las características sociales, teniendo en cuenta que la salud, resulta ser un factor clave en la promoción del desarrollo económico y social de las naciones.

Así mismo, la carta de Ottawa busca enfundar en los individuos, una lucha por desarrollar sus habilidades de convivencia y defensa, a través de la adecuación de sus actitudes ante las situaciones de la vida. Pretende que el individuo cuente con las condiciones necesarias para su desarrollo, pero a su vez, cuente con las capacidades propias de adaptación y respuestas adecuadas a los diferentes escenarios a los que se enfrenta.

En relación a lo anterior, de acuerdo a la iniciativa de la Organización Mundial de la Salud (OMS), quien menciona las habilidades para la vida y de las cuales se tienen en cuenta las siguientes dimensiones:

Autoconocimiento.

La habilidad de autoconocimiento hace referencia a entender mejor el propio carácter, y por tanto dominarlo a consecuencia de ellos, incluyendo también todas las fortalezas,

oportunidades, actitudes, valores, gustos, y cimentar pensamientos reales de nosotros mismos, de los demás, y del entorno en el que nos desarrollamos (Martínez-Ruiz, 2014b).

Refiere el mencionado el autoconocimiento se relaciona con llevar a cabo una identificación y caracterización completa de la identidad de cada ser humano, es decir, se refiere a esa capacidad que debe desarrollar el ser humano para conocer a cabalidad cuales son todos los aspectos que considera meramente importante para establecer una determinación de lo que representa su ser y de ese modo aprender a expresar al mundo sus gustos y requerimientos propios de su personalidad.

Esta habilidad actúa como motivación del ser humano hacia la comprensión y definición de que son sus características y necesidades principales, invitándole a tener una amplia visión y reconocimiento de todo lo relacionado a los elementos claves que serán determinantes para una correcta comunicación con el entorno que les rodea, para saber determinar las situaciones que pueden generarle bienestar o sensaciones de molestia, y de ese modo tener establecer una posición clara en cuanto a sus relaciones con los demás.

Empatía.

De acuerdo a Díaz y otros, la empatía hace referencia a la capacidad que tienen las personas al colocarse en el lugar de otra, y desde allí aprehender lo que siente (2013).

De esta forma el ser humano en ocasiones, tiende a juzgar y a no entender las posiciones de los demás, debido a que por lo general cree y establece que las situaciones ocurren y se dan de acuerdo a su perspectiva, sin darse cuenta que, cada individuo tiene una manera distinta de ver, abordar y relacionar las cosas. La empatía, como habilidad para la vida, hace referencia precisamente a esa habilidad que debe desarrollar el ser humano para dar lugar a una mejor comprensión de lo que es, siente y cree el otro ser humano; la capacidad de colocarse en sus zapatos y de ese modo poder entender su perspectiva y conocer sus sentimientos.

Así mismo la empatía va a permitir a los seres humanos, tener una mejor comunicación y relación con los seres humanos, conocer y expandir sus perspectivas, creencias y conocimientos, a través de la obtención de criterios diferentes a los propios, y de ese modo aprender en gran medida, a abordar situaciones desde otro punto de vista.

Comunicación efectiva o asertiva.

De acuerdo a Mantilla-Castellanos (2001), la comunicación efectiva se refiere a la habilidad de expresión, que desarrolla el ser humano ante diversas situaciones de su vida. Comportarse asertivamente lleva consigo diversos aspectos relacionados con la forma de pensar, sentir y accionar que expresa el individuo, y que va a ser determinando en el alcance de sus objetivos en la sociedad.

También hace referencia a la capacidad que tiene el ser humano de acudir a otros, cuando así lo requiere. La comunicación efectiva o asertiva, se relaciona directamente con la capacidad

que muestran los seres humanos al momento de plasmar y dejar claro sus pensamientos y sentimientos ante la sociedad, pues, se considera que, muchas personas cuentan con cierta dificultad para expresarse, lo cual puede jugar en contra del logro de sus objetivos. La comunicación efectiva aboga por desarrollar habilidades que le permitan a los seres humanos comunicarse de manera adecuada con quienes le rodean, ya sea para expresar con claridad su posición ante una situación en especial o para solicitar alguna ayuda que requiera de otro individuo.

Si bien es cierta la comunicación efectiva o asertiva, va a ser determinante en el desarrollo y evolución de las personas en la sociedad, así como en el establecimiento y consolidación de sus relaciones interpersonales, ya que, para poder establecer vínculos de entendimiento con los demás, los seres humanos deben expresar sus ideas y requerimientos.

Relaciones interpersonales.

Según Matey, es necesario constituir y mantener relaciones significativas, así como ser capaz de dar término a aquellas que imposibiliten el crecimiento personal, es decir, aprender a iniciar una relación, y terminarla, pero de manera positiva para ambas partes si llegara el caso (2016).

Partiendo del supuesto anterior el ser humano tiene la necesidad u obligación de establecer vínculos y relaciones personales con aquellos que les rodean; es indispensable para su bienestar, hacer que dichas relaciones sean lo más positivas y saludables posibles, ya que de ello dependerá en gran medida su desenvolvimiento en la sociedad y su calidad de vida. La habilidad de las

relaciones interpersonales hace referencia a la capacidad que debe desarrollar el ser humano de consolidar relaciones con sus semejantes, así como su actitud para lograr que dichas relaciones sean sanas y de calidad; además proyecta en el ser humano esa capacidad de entender cuál es el momento exacto de dar fin a una relación establecida con otro individuo, ya que es altamente perjudicial para el bienestar y calidad de vida mantener relaciones tóxicas con sus semejantes.

Toma de decisiones.

Según Torres, tomar decisiones es aprender a ser responsable con las opciones que elegimos todos los días en la propia vida, y como esas decisiones mejoran o empeoran la relación con los otros, procurando siempre la salud y bienestar (2017).

En este sentido la toma de decisiones tiene que ver con llevar a cabo la determinación de las acciones a llevar a cabo con respecto a una situación en particular, pues, el ser humano a lo largo de su vida, se enfrenta a innumerables situaciones que requieren de la aplicación de su perspectiva y definición de sus intereses, para de ese modo decidir qué camino o que opción es la más adecuada.

La toma de decisiones va a ser determinante para el progreso y bienestar de la vida del ser humano, ya que es a través de la toma de decisiones que el ser humano se encamina hacia nuevos horizontes, y cambios importantes en su vida.

Soluciones de problemas y conflictos.

De acuerdo a Viana y Lima (2011), la solución de problemas y conflictos tiene que ver con la manera constructiva en la que el individuo afronta los problemas cotidianos de la vida; teniendo en cuenta las dificultades que los problemas no resueltos pueden causar al bienestar del ser humano, además de derivar en otros problemas psicosociales. También hace referencia a la manera en la que se le enseña al ser humano desde su niñez, a cómo debe llevar a cabo la solución de un conflicto sin causar daños a terceros.

Entonces la solución de problemas y conflictos, resulta ser una de las habilidades a las que más se le debe prestar atención y se debe desarrollar adecuadamente por parte del ser humano, pues, se conoce que en la vida existen diversos escenarios problemáticos y conflictivos que siempre requieren de solución, y va a depender de la actitud que el ser humano muestre ante cierto problema, su prolongación o solución en tiempo adecuado, y de esta forma aprender desde la niñez la manera adecuada de enfrentar las dificultades del diario vivir para alcanzar una vida sana que no acarree problemas de salud y que no dé lugar a consecuencias que ponen en riesgo su vida.

Pensamiento creativo.

De acuerdo a Bravo, el pensamiento creativo aplicado a la vida social y cotidiana, ayuda al ser humano a moverse, produciendo opciones nuevas gracias a la utilización de los diferentes recursos que le brindan sus capacidades (2010).

En consecuencia, el pensamiento creativo hace referencia a la capacidad que tiene el ser humano de desarrollar actitudes de innovación y generación de ideas, las cuales van a ser determinantes al momento de solucionar algún conflicto o tomar una importante decisión. Se considera que el ser humano debe fomentar en desarrollo de sus habilidades de pensamiento de una manera creativa, siempre apostando por ir más allá de lo establecido o de lo que conoce, lo que cual va a dar lugar a la generación de un cúmulo de opciones al momento de llevar a cabo cualquier acción referente a su vida cotidiana.

Así mismo las capacidades de pensamiento creativo se desarrollarán cuando el ser humano emplea esfuerzos en indagar acerca de un determinado tema y establecer en su pensamiento un criterio de manera constructiva, que le permita expresar su posición y al mismo tiempo inmiscuirse en procesos de toma de decisiones a través de las diferentes alternativas que pueda generar por medio de su creatividad.

Pensamiento crítico.

Según Paul y Elder (2010), el Pensamiento crítico hace referencia a la manera de pensar sobre cualquier situación o problemática en donde se mejora el contenido del mismo, ya que eleva su conocimiento en bases intelectuales comprobadas y de discusión científica o certera.

De acuerdo con el autor, el ser humano, en diversas situaciones de su vida, se encuentra en la necesidad de llevar a cabo un pensamiento o consideración exhaustiva de los diferentes elementos que hacen parte de dicha situación, para de ese modo establecer de manera más

adecuada una posición y determinación de criterios, y no caer en el error de hacer suposiciones o tomar decisiones sin entender con claridad y de manera crítica, todos los aspectos relacionados a un tema determinado.

El pensamiento crítico permite al ser humano desarrollar sus capacidades de análisis, la proporcionarle el interés por saber y conocer más acerca de un determinado tema, para de ese modo no emitir juicios que puedan derivar en resultados negativos o en equivocaciones.

Manejo de sentimientos y emociones.

Según Guzmán-Marín (2017), el manejo de sentimientos y emociones hace referencia a “aquellas respuestas fisiológicas inmediatas y de breve duración ante un estímulo. Cuenta con componentes fisiológicos, conductuales y cognitivos. Son impulsos que nos llevan a actuar y desencadenan conductas de reacción automática”.

Si bien es cierto los seres humanos deben desarrollar las capacidades necesarias para dar lugar al reconocimiento, aceptación y control de sus sentimientos y emociones, así como reconocer los mismos aspectos en quienes lo rodean, pues de ello va a depender en gran medida, la reacción que tengan ante diferentes situaciones que se le enfrente en la vida. El correcto manejo de los sentimientos y emociones, resulta ser un elemento primordial para que el ser humano tenga bienestar y aprenda a respetar lo que puede ocasionar en los demás con sus actitudes inadecuadas.

Manejo de las tensiones y el estrés.

De acuerdo a López y Hernández (2013) , esta habilidad se refiere a alcanzar el reconocimiento del origen del estrés y las consecuencias que trae en la vida del ser humano, es así como puede o controlarlo o enfocarlo de manera positiva para lograr una respuesta adecuada ante las diferentes situaciones de la vida.

En referencia al anterior autor la habilidad del manejo de las tensiones y el estrés se relaciona directamente con esa capacidad que tiene el ser humano de identificar cuáles son esas situaciones o escenarios que le generan angustias y molestias que derivan en estrés, y las acciones que la misma emplea para llevar a cabo un correcto control del mismo. El ser humano debe tener amplias capacidades de manejar el estrés, pues se considera que este último puede ser un factor clave en el desarrollo de enfermedades cuando no se evita su prolongación.

Autoestima.

El significado primordial de la autoestima es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad, así lo menciona el autor Branden (1955).

La afirmación anterior, recalca una de las bases más importantes para que la autoestima sea equilibrada en una persona, la cual es la confianza. A través de esta se puede empezar a construir pensamientos propios, al igual que la facilidad para la toma de decisiones en situaciones que se presentan diariamente y a partir de allí tener resultados positivos que brinden estabilidad emocional y social en cada individuo.

Por otra parte, William James uno de los primeros precursores en acuñar el termino de autoestima afirmaba que a la hora de valorarnos a nosotros mismos solemos considerar tres componentes de nuestra identidad, así como lo cita Martínez-Almeida (2010).

El primero: Nuestro estilo de pensar sentir y actuar, los rasgos de nuestra personalidad. Este primer componente resalta la idea del poder que le damos a nuestra mente y del cual va ligado a la forma en como sentimos y actuamos en las diferentes áreas de la vida y del como adoptamos las situaciones que estas conllevan.

El segundo: el “yo” social, las cualidades o defectos que reconocen en nosotros los demás, y la buena o mala reputación que tenemos en nuestro entorno social. En este campo resultan imprescindibles las cualidades o defectos que son observadas por las personas con quienes nos rodeamos.

Y por último el “yo” material, que incluye nuestra imagen corporal, las riquezas, el patrimonio económico y las propiedades que son importantes para nosotros. Este componente viene siendo el significado que se le da tanto a la presentación personal, como al estatus económico.

De igual Manera, Rosenberg utilizo el autoconcepto para definir al autoestima, el cual es la reunión de pensamientos y sentimientos sobre el valor que el individuo le da a su persona, tal como lo refiere es “la actitud general positiva o negativa que las personas tienen de sí mismos” (Rosenberg, 1965)

Para concluir es importante tener en cuenta para nuestra investigación estas dos variables; la autoestima y las habilidades para la vida ya que son conceptos necesarios que hacen parte del desarrollo integral de cada individuo para la obtención de una calidad de vida óptima y con destrezas para la resolución de situaciones complejas que se presentan en el diario vivir.

Así mismo, estos dos aspectos se convierten en los ingredientes necesarios de las personas para que puedan tener en el transcurso de la vida una estabilidad emocional ligada con las diferentes destrezas para la solución de problemas.

Marco Conceptual

El desarrollo del marco teórico permitió la operacionalización de diferentes términos y conceptos claves, en relación con la investigación que se llevara a cabo; en este sentido se tienen los siguientes términos; habilidades para la vida, autoestima, correlación, autoconocimiento, empatía y comunicación asertiva.

Habilidades para la vida: es un proyecto internacional que ha sido fomentado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) a partir de 1993, con la meta de que niñas, niños y jóvenes adquieran instrumentos psicosociales que les permitan acceder a estilos de vida saludables (Montoya y Muñoz, 2009).

Así mismo, Martínez-Ruiz (2014); plantea que las habilidades para la vida igualmente es una decisión impulsada por la OMS como una estrategia para prever de la enfermedad y,

posteriormente, para promover la salud, conocedor de ella en su sentido amplio de desarrollo vital y no sólo biológico del ser humano.

Autoestima: Hace referencia al valor que las personas le dan a su propio ser, de quienes son y de ese registro que realizan los individuos a lo largo de su vida y que genera marcas corporales, espirituales y mentales, lo cual le da forma a la personalidad pero a su vez es susceptible de cambios pudiéndose mejorar constantemente. la autoestima es un elemento consustancial al ser humano, ya que es un constructo social que crece del contacto del hombre con el mundo (Acosta y Hernández, 2004).

Correlación: Esta es un criterio estadístico central, pues expande la idea de dependencia funcional a variables estadísticas. Sin embargo, la investigación previa ha descrito sesgos de razonamiento y dificultades asociadas a su comprensión (Gea, Batanero, Cañadas y Contreras, s/f).

Una correlación es una medición del grado en que dos variables se encuentran relacionadas, un estudio correlacional puede intentar definir si individuos con una puntuación alta en una variable también tiene puntuación alta en una segunda variable y si individuos con una baja puntuación en una variable también tienen baja puntuación en la segunda. Estos resultados indican una relación positiva.

Durante el desarrollo del marco teórico y en cuanto a las habilidades para la vida, se hace preciso mencionar en este apartado las principales habilidades para la vida con sus respectivos conceptos, siendo estas vitales en el desarrollo del ciclo vital del ser humano; en este sentido se

tienen los siguientes términos; autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de conflictos, manejo de sentimientos y manejo del estrés.

Autoconocimiento: hace referencia a “entender mejor nuestro ser, carácter, fortalezas, oportunidades, actitudes, valores, gustos y disgustos; edificar sentidos acerca de nuestra persona, de las demás personas y del mundo (Martínez-Ruiz, 2014).

Empatía: Es aquella disposición para colocarse en el lugar de otra persona y desde esa posición captar sus sentimientos (Melero, 2010).

Así mismo, Mantilla-Castellanos (2001), plantea que la empatía nos motiva a que aceptemos a las personas diferentes a nosotros y mejorar nuestras interacciones sociales, también nos ayuda a fomentar comportamientos solidarios y de apoyo hacia las personas que necesitan mayores cuidados, asistencia o aceptación.

Comunicación Asertiva: Hace referencia a aquella habilidad de expresarse, tanto verbal como pre verbalmente, en forma apropiada a la cultura y las situaciones; una conducta asertiva implica un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a un niño o un adolescente a lograr sus objetivos personales de forma socialmente aceptable, la comunicación efectiva también se relaciona con nuestra capacidad de pedir consejo o ayuda en momentos de necesidad (Mantilla-Castellanos, 2001).

Relaciones Interpersonales: hacen referencia a la capacidad que debe desarrollar el ser humano de consolidar relaciones con sus semejantes, así como su actitud para lograr que dichas relaciones sean sanas y de calidad; además proyecta en el ser humana esa capacidad de entender cuál es el momento exacto de dar fin a una relación establecida con otro individuo (Matey, 2016).

Toma de Decisiones: hace referencia a cómo manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestras vidas y la de los demás; esto puede tener efectos para la salud y el bienestar, si los niños y jóvenes toman decisiones en forma activa acerca de sus estilos de vida, evaluando opciones y las consecuencias que éstas podrían tener (Mantilla-Castellanos, 2001).

Más aún, Riquelme propone que la toma de decisiones es una capacidad netamente humana, surge de la razón y la voluntad, es decir, el pensamiento y el querer están unidos en la misma dirección. La toma de decisiones para el ser humano es uno de los actos de mayor trascendencia, esto se debe a que preferir hacer algo que pudiera traer consecuencias desfavorables genera conflicto y dudas, además, la misma se hace basada en las experiencias previas, además cada persona tiene una manera de afrontar la resolución de problemas, de acuerdo a sus conocimientos e historia (2018).

Solución de Conflictos: ésta tiene que ver con la manera constructiva en la que el ser humano aborda los diferentes dificultades que se le presentan en la vida; teniendo en cuenta las dificultades que los problemas no resueltos pueden causar al bienestar del ser humano, además de derivar en otros problemas psicosociales, además, hace referencia a la manera en la que se le

enseña al ser humano desde su niñez, a cómo debe llevar a cabo la solución de un conflicto sin causar daños a terceros (Viana y Lima 2011).

Manejo de Sentimientos: el manejo de sentimientos y emociones según Guzmán-Marín (2017), hace referencia a aquellas respuestas fisiológicas inmediatas y de breve duración ante un estímulo, este cuenta con componentes tanto fisiológicos como conductuales y cognitivos, son impulsos que nos llevan a actuar y desencadenan conductas de reacción automática.

Manejo del estrés: el manejo de las tensiones y el estrés se relaciona con facilitar y reconocer las fuentes de estrés y sus efectos en la vida del ser humano, así mismo se relaciona con aprender a relajarnos de tal manera que las tensiones creadas por el estrés inevitable, objetivo, no genere en ser humano problemas de salud (López y Hernández, 2013).

Marco Contextual

Información Institucional.

La Universidad de Santander (2016), es una Universidad de carácter Privado, la cual ejerce sus funciones en la ciudad de Cúcuta, Bucaramanga, Bogotá y Valledupar, aprobada por el Ministerio de Educación Nacional mediante Resolución número 6216 del 22 de diciembre de 2005, bajo las disposiciones de la ley 30 de 1992 y con personería jurídica 810 de 1996.

Antecedentes Históricos.

Fundada por el Dr. Fernando Vargas Mendoza en el año 1982 en donde inicio con una Institución Técnica y tecnológica hasta llegar a ser una Universidad de pleno derecho.

Inició actividades académicas en los años 80 y en el año 2005 recibió el reconocimiento como Universidad. Inicia su primer semestre en la ciudad de Bucaramanga a mediados del año 1998 con 18 estudiantes la mayoría de Barrancabermeja, en el programa de enfermería, bajo la dirección de la enfermera Myriam Duran Parra.

Posteriormente la UDES hace una reforma a los planes de estudio unificándose la distribución de los cursos en áreas y componentes de la siguiente manera : Componente Obligatorio con las áreas de Ciencias Básicas, Profesional Específica, Profesional Complementaria y Socio Humanística y el Componente Flexible .Adicionalmente se revisan las competencias disciplinar, interdisciplinaria, investigativa y social teniendo en cuenta lo considerado por el Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior ICFES y la Asociación Colombiana de Facultades de Enfermería ACOFAEN.

Para la década de los 90s la Universidad se consolida institucionalmente ofreciendo nuevos programas profesionales y posgrados en casi todas las áreas del conocimiento. A la par construye un moderno campus, fortalece el área de las telecomunicaciones e informática y crea sedes en varias ciudades del país.

En el año 2008 recibe la Acreditación de Alta Calidad por cuatro años según resolución 8183 del 13 de noviembre del Ministerio de Educación Nacional. Por el logro de la más alta calidad

en sus procesos académicos, su organización y el cumplimiento de su función social, Acreditación voluntaria. Dicha Resolución aparece registrada en el Sistema de Aseguramiento de la Calidad SACES del MEN bajo el Código 7662, SNIES 7406.

Misión.

La Universidad de Santander forma integralmente ciudadanos de calidad académica y profesional, con proyección internacional, competentes en las distintas áreas del conocimiento, sensibles al uso racional de los recursos naturales y tecnológicos, que contribuyen mediante la relación con el entorno, el desarrollo humano, el arte y la cultura. Desarrolla la investigación y la extensión con visibilidad de resultados en la solución de problemas de la región, del país y del mundo, en un marco de principios democráticos y de valores éticos y estéticos.

Visión.

En el 2018 la Universidad de Santander será reconocida en el contexto regional, nacional e internacional por la calidad académica, la competencia de sus profesionales y por su aporte al desarrollo económico, político, social y cultural.

Principios.

Universalidad: Es reconocer que el conocimiento y su representación científica y tecnológica tienen validez en cualquier contexto y el abordaje de su estudio es común a todo el

conjunto de entidades con una naturaleza académica, independientemente de los pueblos, culturas y naciones, con sus diversos enfoques e intereses.

Autonomía: Es el ejercicio responsable de los actos de la Universidad como sujeto de derechos y deberes, que, con probada buena voluntad, basa su actividad académica en su capacidad crítica con el fin de tomar decisiones que gobiernen su quehacer.

Corporatividad: Es la vinculación de profesores y estudiantes, más allá de lo jurídico, con el noble propósito de unir esfuerzos para el desarrollo de la ciencia, la formación del hombre y el servicio a la sociedad.

Cientificidad: Es el compromiso con la búsqueda de la verdad como fundamento para el desarrollo científico y tecnológico al servicio de la sociedad.

Valores.

Respeto: Valor que le permite a un individuo reconocer, aceptar, apreciar y justipreciar su entorno social, el medio ambiente y su biodiversidad, las cualidades de los demás, su dignidad, derechos y obligaciones. Este valor debe regir las relaciones entre la institución y los miembros de la comunidad universitaria y del entorno, propiciando y preservando un medio ambiente sano y saludable.

Libertad: Valor que garantiza el respeto por la voluntad individual e implica que cada cual actúa de acuerdo con su parecer, siendo responsable de sus actos y de los efectos de los mismos.

Solidaridad: Valor que implica la intención de ayudar al prójimo y a la sociedad, sin esperar o recibir nada a cambio, asumiendo un compromiso por el bien común.

Responsabilidad Social: Integra los valores éticos y morales de la sociedad, en la búsqueda del mejoramiento social y económico.

Trabajo en Equipo: Reconoce el valor de las personas y su talento, permitiendo la integración del trabajo de un grupo de individuos para actuar en conjunto, en un ambiente de confianza y respeto, compartiendo conocimientos, experiencias e información con el objetivo de lograr potenciar los resultados finales.

Marco Legal

La educación es un derecho Fundamental protegido por la Constitución a nivel Nacional, y esta, está enmarcada dentro de unas pautas específicas las cuales establecen como debe ser su dinámica y finalidad, siempre en miras al bienestar de los seres humanos. A continuación se presentan, en orden, tratados Internacionales y leyes a nivel Nacional las cuales dan un soporte legal a la formación Integral de los Individuos.

Declaración Mundial sobre Educación para todos.

Artículo 1. Las necesidades básicas de aprendizaje abarcan tanto las herramientas esenciales para el aprendizaje como los contenidos básicos del aprendizaje necesarios para que los seres humanos puedan sobrevivir, desarrollar plenamente sus capacidades, vivir y trabajar con dignidad, participar plenamente en el desarrollo, mejorar la calidad de vida, tomar decisiones fundamentadas y continuar aprendiendo

Constitución Política de Colombia.

Artículo 45: El adolescente tiene derecho a la protección y a la formación integral. El Estado y la sociedad garantizan la participación activa de los jóvenes en los organismos públicos y privados que tengan a cargo la protección, educación y progreso de la juventud.

Código Deontológico, ley 1090 de 2006.

Enmarca la actividad profesional del Psicólogo la cual establecerá los parámetros de los Investigadores en el ejercicio de su rol académico de la siguiente manera:

Artículo 1°. La Psicología es una ciencia sustentada en la investigación y una profesión que estudia los procesos de desarrollo cognoscitivo, emocional y social del ser humano, desde la perspectiva del paradigma de la complejidad, con la finalidad de propiciar el desarrollo del talento y las competencias humanas en los diferentes dominios y contextos sociales tales como: La educación, la salud, el trabajo, la justicia, la protección ambiental, el bienestar y la calidad de la vida. Con base en la investigación científica fundamenta sus conocimientos y los aplica en forma

válida, ética y responsable en favor de los individuos, los grupos y las organizaciones, en los distintos ámbitos de la vida individual y social, al aporte de conocimientos, técnicas y procedimientos para crear condiciones que contribuyan al bienestar de los individuos y al desarrollo de la comunidad, de los grupos y las organizaciones para una mejor calidad de vida.

Parágrafo. Tiene en cuenta la definición de salud por parte de OMS; en donde expresa “la naturaleza biopsicosocial del individuo, que el bienestar y la prevención son parte esencial del sistema de valores que conduce a la sanidad física y mental, que la Psicología estudia el comportamiento en general de la persona sana o enferma. Se concluye que, independientemente del área en que se desempeña en el ejercicio tanto público como privado, pertenece privilegiadamente al ámbito de la salud, motivo por el cual se considera al psicólogo también como un profesional de la salud.”

Artículo 3º. Del ejercicio profesional del psicólogo. A los efectos de esta ley, se considera ejercicio de la profesión de psicólogo toda actividad de enseñanza, aplicación e indicación del conocimiento psicológico y de sus técnicas específicas en:

a) Diseño, ejecución y dirección de investigación científica, disciplinaria o interdisciplinaria, destinada al desarrollo, generación o aplicación del conocimiento que contribuya a la comprensión y aplicación de su objeto de estudio y a la implementación de su quehacer profesional, desde la perspectiva de las ciencias naturales y sociales.

b) Diseño, ejecución, dirección y control de programas de diagnóstico, evaluación e intervención psicológica en las distintas áreas de la Psicología aplicada.

h) La fundamentación, diseño y gestión de los diferentes procesos que permitan una mayor eficacia de los grupos y de las organizaciones.

k) Asesoría y consultoría para el diseño, ejecución y dirección de programas, en los campos y áreas en donde el conocimiento y el aporte disciplinario y profesional de la Psicología sea requerido o conveniente para el beneficio social.

n) Toda actividad profesional que se derive de las anteriores y que tenga relación con el campo de la competencia del psicólogo.

Artículo 4°. Campo de acción del psicólogo. El psicólogo podrá ejercer su actividad en forma individual o integrando equipos interdisciplinarios, en instituciones o privadamente. En ambos casos podrá hacerlo a requerimiento de especialistas de otras disciplinas o de personas o instituciones que por propia voluntad soliciten asistencia o asesoramiento profesional. Este ejercicio profesional, se desarrollará en los ámbitos individual, grupal, institucional o comunitario.

Para el desarrollo Metodológico en esta búsqueda científica de la correlación entre habilidades para la vida y la autoestima, se tienen en cuenta los artículos 8° y 9° del mismo código deontológico tal y como rezan:

Artículo 8°. Evaluación de técnicas. En el desarrollo, publicación y utilización de los instrumentos de evaluación, los psicólogos se esforzarán por promover el bienestar y los mejores intereses del cliente. Evitarán el uso indebido de los resultados de la evaluación. Respetarán el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Se esforzarán por mantener la seguridad de las pruebas y de otras técnicas de evaluación dentro de los límites de los mandatos legales. Harán lo posible para garantizar por parte de otros el uso debido de las técnicas de evaluación.

Artículo 9°. Investigación con participantes humanos. La decisión de acometer una investigación descansa sobre el juicio que hace cada psicólogo sobre cómo contribuir mejor al desarrollo de la Psicología y al bienestar humano. Tomada la decisión, para desarrollar la investigación el psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos. Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.

Ley 115 de 1994

Artículo 1. La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y sus deberes.

Artículo 5. los fines de la educación, dentro de los cuales se encuentra el pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

Artículo 9. Establece como fin el desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.

Artículo 12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Ley 30 de diciembre 28 de 1992.

Título I

Capítulo I

Artículo 1. Artículo 1° La Educación Superior es un proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con posterioridad a la educación media o secundaria y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional.

Título V

Capítulo III. Del bienestar Universitario

Artículo 117. Las instituciones de Educación Superior deben adelantar programas de bienestar entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo.

DISEÑO METODOLÓGICO

Paradigma positivista de naturaleza cuantitativa, ya que permite delimitar y esa es la esencia de los planteamientos cuantitativos pues son secuenciales y probatorios, éste enfoque permite medir las variables en un contexto definido, a través de métodos estadísticos se analizan las mediciones obtenidas con frecuencia, y para posteriormente generar las conclusiones necesarias en relación a las hipótesis establecidas con anterioridad (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), de manera que en esta investigación se busca identificar las habilidades para la vida y la autoestima describiendo luego su correlación, y según Kerlinger y Lee en el 2002, un problema investigativo se podría plantear adecuadamente teniendo en cuenta algunos criterios pertinentes como; la relación entre dos o más variables, generar preguntas claras y finalmente, que las variables puedan ser medibles.

El diseño de esta investigación es de tipo no experimental, como afirma Hernández, Fernández y Baptista (2014) las variables no serán alteradas ante ninguna otra variable, simplemente se observarán y analizarán los fenómenos desde su ambiente natural, en este caso, según los resultados dados por los test psicométricos para cada variable, lo que se hará es identificar las dimensiones que corresponden a cada sujeto, así como la medición del nivel de autoestima sin manipular de manera alguna las condiciones externas ni internas de los mismos, de igual forma este estudio es de corte transeccional pues recolectará datos en un tiempo único y la variable será medida a través de un instrumento, siendo también correlacional-causal ya que se limitará a establecer la relación entre las dos variables, identificándolas primero para luego establecer su relación.

De acuerdo a lo anterior, en esta investigación se podrá demostrar qué tanto la relación entre habilidades para la vida y la autoestima es un factor importante en el contexto en cual progresará esta investigación, siendo éste el educativo, así como lo manifiesta Hernández, Fernández y Baptista (2014), el hallazgo de la hipótesis principal será un propósito central de muchos estudios cuantitativos, ya que se comprobará si las dos variables tienen relación entre ellas, y así se aportará evidencia a investigaciones futuras principalmente en esta misma área psicológica.

Se seleccionó para esta investigación un Corte Transversal puesto que la recolección de los datos de hará en un tiempo único y la variable será medida a través de un instrumento.

La relación entra habilidades para la vida y la autoestima es un estudio con alcance correlacional, ya que su objetivo es identificar el nivel de relación que existe entre dos o más variables en un determinado ambiente, midiendo cada una de ellas, y después, cuantificando y analizando su vinculación, su utilidad radica en reconocer el comportamiento de una variable ante el estímulo de otra (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), y en esta investigación se busca identificar cada una de las variables para luego relacionarlas y entender así su intención predictiva.

Población y Muestra

Como población se trabajará con estudiantes de la Universidad de Santander (UDES) de la sede Cúcuta, teniendo en cuenta que según Hernández, Fernández, y Baptista (2017) la identificación de la población se da a través de sus características, lugar y tiempo, por tal motivo, la población representativa de esta investigación son los estudiantes de primer semestre ya que en ellos se basará el estudio de la relación de las habilidades para la vida con la autoestima; el contexto, lugar y tiempo de los estudiantes serán en sus jornadas académicas ya que facilitará la aplicación de los test y no se saldrá del contexto el cual influirá en el análisis de los resultados.

La muestra se deriva de un subgrupo de la población (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), asimismo, esta investigación tendrá un muestreo de tipo no probabilístico, expuesto por los anteriores autores quienes hacen referencia, que la selección de cada participante se dará a fin de cumplir con las características de la investigación, además de ser Intencional o de Conveniencia debido al acceso que se tiene hacia la muestra; en esta investigación está compuesta por estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de la ciudad de Cúcuta.

Cada uno de los participantes de esta investigación firmarán un consentimiento donde aceptan ser parte de este estudio, además de esto, se tendrán en cuenta los estudiantes que su edad oscile entre los 18 y 25 años y que estudien primer semestre en la Universidad de Santander, esto debido a los criterios de los investigadores los cuales serán intencional o por conveniencia como se había mencionado anteriormente para facilitar el proceso de investigación.

Criterios de Inclusión

Estudiantes de Primer semestre de una Universidad.

Tener un rango de edad entre 18 – 25 años.

Firmar el Consentimiento Informado.

Criterios de exclusión

Estar bajo el efecto de alcohol.

Estar bajo el efecto de sustancias psicoactivas.

Técnicas e Instrumentos

La técnica a utilizar para la recolección de información fue el cuestionario auto diligenciado, la cual según Carlos Arturo Monje (2011) consiste en un formato resuelto en forma escrita por los propios sujetos de investigación, en este caso, por los estudiantes de primer semestre de la Universidad de Santander, comprendidos entre las edades de 18 a 25 años.

Descripción Instrumentos

Test Habilidades para la Vida HPV

El Test HPV (Habilidades para la Vida) se construyó a través de un estudio instrumental ya que consistió en el desarrollo de una prueba psicológica y el estudio de sus habilidades psicométricas (Montero y León, 2007). El Instrumento HPV mide el nivel de desarrollo de las 10 Habilidades para la vida propuestas por la Organización Mundial de la Salud en 1993.

El Test fue diseñado así: 10 habilidades para la vida las cuales fueron denominadas dimensiones, cada dimensión tiene 4 indicadores y se establecen 2 ítems por cada indicador, es decir, 8 ítems por cada dimensión para un total de 80 ítems.

Se utilizó la escala tipo Likert para su evaluación con opciones de respuesta: Siempre (S), Casi Siempre (CS), Algunas Veces (AV), Casi Nunca (CN) y Nunca (N). Existen ítems con direccionalidad positiva, para ellos se asignó un valor interno de 5 a 1 en donde 5 corresponde a Siempre (S) y 1 a Nunca (N). Por el contrario, para los ítems que tenían direccionalidad negativa se invertía la numeración. (Diaz et al, 2013)

Propiedades Psicométricas

Validez: Fue validado en Colombia por Leidy Evelyn Diaz Posada y otros (2013), este proceso se realizó con 100 participantes entre hombres y mujeres con un rango de edad de 15 a 25 años. Así mismo, Obtuvieron una confiabilidad Alfa de Cron Bach superior a 0, 5.

Operacionalización de la variable Habilidades para la Vida

Tabla1. *Habilidades para la Vida y sus definiciones de acuerdo a Melero (2010)*

Dimensión	Estadísticos de Fiabilidad	
	Definición	Ítems
Conocimiento de sí mismo	“Reconocimiento de nuestra personalidad, características, idiosincrasia, fortalezas, debilidades, aspiraciones, expectativas, etc.)”.	1,2,3,4,5,6,7,8
Empatía	“Capacidad para ponerse en el lugar de otra persona y desde esa posición captar sus sentimientos”.	9,10,11,12,13,14,15,16
Comunicación efectiva o asertiva	“Habilidad para expresarse de manera apropiada al contexto relacional y social en el que se vive”.	17,18,19,20,21,22,23,24
Relaciones interpersonales	“Competencia para interactuar positivamente con las demás personas”.	25,26,27,28,29,30,31,32
Toma de decisiones	“Capacidad para construir racionalmente las decisiones cotidianas de nuestra vida”.	33,34,35,36,37,38,39,40

Solución de problemas y conflictos	“Destreza para afrontar constructivamente las exigencias de la vida cotidiana”	41,42,43,44,45,46,47,48
Pensamiento creativo	“Utilización de los procesos de pensamiento para buscar respuestas innovadoras a los diversos desafíos vitales”.	49,50,51,52,53,54,55,56
Pensamiento crítico	“Capacidad para analizar con objetividad experiencias e información, sin asumir pasivamente criterios ajenos”.	57,58,59,60,61,62,63,64
Manejo de sentimientos y emociones	“Reconocimiento y gestión positiva de nuestro mundo emocional”	65,66,67,68,69,70,71,72
Manejo de las tensiones y estrés	“Capacidad para reconocer nuestras fuentes de tensión y actuar positivamente para su control”.	73,74,75,76,77,78,79,80

Test Rosenberg

Por otro lado, el test de Autoestima de Rosenberg es el instrumento más usado para evaluar esta variable en general en sus aspectos positivos y negativos. Los elementos 1, 3, 4, 7 y 10 son positivos y los elementos 2, 5, 6, 8 y 9 son negativos tiene una escala de respuesta Likert en donde los reactivos son respondidos en una escala de cuatro puntos (1 = muy en desacuerdo, 2 = en desacuerdo, 3 = De acuerdo, 4 = Muy de acuerdo). La puntuación total por lo tanto oscila entre 10 y 40 puntos. Para su evaluación, la puntuación más alta indica mayor autoestima (Gómez y otros, 2016).

Propiedades Psicométricas

Para la versión Colombiana, la validación fue realizada por 4 expertos Colombianos, profesionales en Psicología y especializados en psicometría a partir de la V de Aiken el cual utiliza

un método de calificación en donde cada juez debe evaluar en una escala politomica (de 2 a 7 puntos) la representatividad del ítem para evaluar el indicador, dicha validación se realizó a 633 Colombianos. El valor de confiabilidad según la V de Aiken es siempre superior a 0,5. Así mismo, la confiabilidad se obtuvo a partir del Alfa de Cron Bach (α -i), en donde da como resultado en todos sus ítems superior a 0,5 (Gómez y otros, 2016)

Operacionalización de la Variable Autoestima

Tabla 2. *Versión Colombiana Test de Rosenberg*

Country	Item	M	SD	r_{it}^c	α -i	α	Total Sum	M (DT) Total
	Item 1	3.43	0.70	.48	.82			
	Item 2	3.38	0.80	.56	.81			
	Item 3	3.61	0.57	.55	.81			
	Item 4	3.67	0.54	.60	.81			
Colombia	item 5	3.72	0.49	.66	.81	.83	34.20	3.42 (4.52)
	Item 6	3.22	0.85	.62	.80			
	Item 7	3.71	0.54	.48	.82			
	Item 8	2.39	1.08	.28	.86			
	Item 9	3.52	0.70	.69	.80			
	Item 10	3.56	0.62	.62	.81			

Nota: M=Media; SD= Desviación Estándar; r_{it}^c =correlación corregida total del ítem; α -i=alfa de Cronbach si se elimina el ítem; α =alfa de Cronbach

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla 3. *Resultados habilidades para la vida.*

HABILIDADES PARA LA VIDA		C.S.M.	E.	C.A.A.	R.I.	T.D.	S.P.C.	P.CVO	P.CCO	M.S.E.	M.T.E.
N	Válido	157	157	157	157	157	157	157	157	157	157
	Media	3,20	3,69	3,50	3,55	3,73	3,52	3,66	3,67	3,24	3,54
	Desviación	1,329	,852	,903	,937	,996	,896	,881	,887	,988	1,227
	Mínimo	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1
	Máximo	6	6	6	6	6	6	5	5	6	6

Fuente: *Elaboración propia a través del programa SPSS.*

C.S.M.	Conocimiento de Si Mismo	S.P.C.	Solución de Problemas y Conflictos
E.	Empatía	P.CVO	Pensamiento Creativo
C.A.A.	Comunicación Asertiva y Afectiva	P.CCO	Pensamiento Critico
R.I.	Relaciones Interpersonales	M.S.E.	Manejo de Sentimientos y Emociones
T.D.	Toma de Decisiones	M.T.E.	Manejo de Tensiones y Estrés

De los resultados obtenidos del test aplicado a los 157 estudiantes de diferentes facultades, se identificó la media que había en las habilidades para la vida. Basándonos en la medición de los 6 niveles según la campana de Gauss (muy inferior, inferior, medio bajo, medio alto, superior y muy superior) se relacionaron estos niveles con símbolos números, donde 1 es muy inferior y 6 muy superior.

A partir de estos datos, se identificaron que el mínimo de las habilidades para la vida es 1 siendo este muy inferior, contando también con el nivel 2 que es inferior. Y en el máximo es el 6 siendo este muy superior, seguido de 5 el cual es superior. La media que tiene los estudiantes en las habilidades para la vida, se encuentra en media baja. Donde la mayor puntuación fue la de

empatía, con una media de 3,69 y siendo la media con menor puntuación la dimensión de conocimiento de sí mismo, contando con una media de 3,20.

Tabla 4. *Resultados autoestima.*

AUTOESTIMA			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	<i>Elevada</i>	119	75,8
	Media	23	14,6
	Baja	15	9,6
	Total	157	100,0

Fuente: *Elaboración propia a través del programa SPSS.*

Del 100% de los estudiantes el 75,8% que equivalente a 119 estudiantes tienen una autoestima en un nivel elevado, el 14.6% equivalente a 23 estudiantes su autoestima se encuentra en nivel medio y por último el 9.6% igual a 15 estudiante están en un nivel bajo.

Tabla 5. *Resultados correlación HPV y autoestima.*

CORRELACIONES											
	C.S.M.	E.	C.A.A.	R.I.	T.D.	S.P.C.	P.CVO	P.CCO	M.S.E.	M.T.E.	
AUTOESTIMA	Correlación de Pearson	,644**	,169*	,350**	,336**	,329**	,288**	,363**	,339**	,443**	,297**
	Sig. (bilateral)	,000	,034	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	157	157	157	157	157	157	157	157	157	157

Fuente: *Elaboración propia a través del programa SPSS.*

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

C.S.M.	Conocimiento de Si Mismo	S.P.C.	Solución de Problemas y Conflictos
E.	Empatía	P.CVO	Pensamiento Creativo
C.A.A.	Comunicación Asertiva y Afectiva	P.CCO	Pensamiento Critico
R.I.	Relaciones Interpersonales	M.S.E.	Manejo de Sentimientos y Emociones
T.D.	Toma de Decisiones	M.T.E.	Manejo de Tensiones y Estrés

El gráfico de resultados de correlaciones muestra el estudio de relación entre la autoestima y las habilidades para la vida, se han considerado los índices de correlación (Pearson) entre las variables. Como puede apreciarse en la tabla 3, la autoestima se correlaciona de manera positiva y significativa con todas las dimensiones de habilidades para la vida evaluadas.

DISCUSIÓN

Por medio del test de habilidades para la vida aplicados a los estudiantes de primer semestre de una universidad privada de la ciudad, se logró revisar los análisis de los resultados de cada una de las habilidades para la vida y así poder identificar si los estudiantes manejan estas habilidades en su vida diaria.

El test de habilidades para la vida fue aplicado a 157 estudiantes de facultades como psicología, derecho, administración financiera, comercio exterior, mercadeo y publicidad, ingeniería de sistemas, ingeniería industrial, bacteriología, enfermería, fisioterapia, medicina, terapia ocupacional y producción gráfica, todos pertenecientes a la educación superior. Las respuestas del test aplicado se recopilaron en tablas de Excel para sí dar paso a hacer uso del programa SPSS en el cual se totalizo toda la información logrando así sacar porcentajes exactos de las habilidades para la vida.

Dando respuesta al primer objetivo específico de la investigación de identificar las habilidades para la vida en los estudiantes de primer semestre de una universidad privada de la ciudad de Cúcuta, se logró evidenciar a través de los resultados planteados que los estudiantes poseen un nivel medio bajo de habilidades para la vida las cuales son conocimiento de sí mismo, empatía, comunicación efectiva y asertiva, relaciones interpersonales, toma decisiones, resolución de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de pensamientos y emociones, manejo de tensiones y estrés, pero se pudo identificar que poseen mayores habilidades en unas más que en otras.

Inicialmente en la habilidad de conocimiento de sí mismo, el mayor nivel se encuentra en normal alto, contando con un 33,8% de los estudiantes. Para Navarro (2009) menciona que el conocimiento de sí mismo es aquella capacidad que tiene una persona para dar respuesta a lo que es, teniendo claridad de cómo se identifica y se evalúa a sí mismo. Dando referencia esto, a que los estudiantes tienen un nivel alto para reconocer sus gustos o requerimientos propios de su personalidad.

Así mismo, en la habilidad de empatía se pudo identificar que un 7,6% de los participantes obtuvieron una empatía inferior, a diferencia del 43,3% de sus demás compañeros quienes se ubicaron en normal alto de esta habilidad. Identificando entonces que solo el 43,3% de los estudiantes tienen un nivel alto para la habilidad de ser empáticos y comprender lo que cree o siente otro ser humano. Couso (2015) menciona que la habilidad de empatía es lograr comprender y sentir lo que la otra persona está sintiendo, incluso las emociones.

La comunicación asertiva es aquella habilidad que tiene el ser humano para dar a conocer ya sea verbal o no verbal lo que se quiere decir, teniendo en cuenta a que aquello que se desea comunicar se adecue a una situación o cultura específica (Corrales, Quijano y Góngora, 2017). En los estudiantes se pudo identificar que solo un 41,4% poseen esta habilidad de comunicación asertiva y afectiva con una puntuación de normal alto, lo que deduce que este porcentaje de los estudiantes pueden plasmar y dejar claro en cierto nivel sus pensamientos y todo aquello que quieren comunicar, teniendo en cuenta, así como lo menciona el anterior autor la cultura y la situación en la que se encuentre.

En la habilidad de relaciones interpersonales, el 41,4% de los estudiantes obtuvieron un nivel normal bajo, lo que corresponde a que la mayor parte de los estudiantes tienen poca habilidad para establecer vínculos y relaciones interpersonales. Matey (2016) mencionado en esta investigación, emite que las relaciones interpersonales es el establecimiento y la conservación de relaciones significativas y lo dicho por este autor en relación con los resultados obtenidos se concluye que es bajo el nivel en el que se encuentran los estudiantes para establecer relaciones interpersonales.

Dándole continuidad al trabajo, se encontró que el 35% de los estudiantes se encuentran en normal alto, esto en relación con la habilidad de toma de decisiones, lo que quiere decir que los estudiantes tienen un nivel alto al momento de tomar una decisión de forma responsable en una situación cotidiana que se le presente. Martínez (s/f) menciona que esta habilidad es la capacidad de tomar una decisión de forma adecuada contando con los recursos que tiene para que su objetivo inicial se pueda lograr. Con lo cual y según los resultados obtenidos en esta habilidad se deduce que este porcentaje de los estudiantes cuentan con un alto nivel para tomar decisiones que favorezcan sus intereses en una situación que esté pasando.

Por otra parte, en la habilidad de solución de problemas y conflictos, se encontró que el mayor porcentaje de estudiantes obtuvieron un nivel normal bajo, lo que corresponde a que estos estudiantes presentan dificultades para dar solución a los problemas que cotidianamente se presentan, al igual que el resolver asertivamente los conflictos. Fuquen (2003) define al conflicto como una situación que produce tensión por dos o más contradicciones, ya sea personal o social.

Esto significa, que los estudiantes cuando presentan un conflicto al presentar un estado emotivo y de estrés omite encontrar soluciones que den respuesta a lo que está pasando.

La habilidad para la vida de pensamiento creativo conto con un 45,2% de los estudiantes ubicándose en el nivel normal alto, lo que quiere decir que estos estudiantes manejan un pensamiento creativo alto al momento de desarrollar actitudes de innovación y generación de ideas, las cuales serán necesarias y útiles al momento de tomar una decisión o solucionar un conflicto. Pacheco menciona que el pensamiento creativo es “un acto creativo, es nuevo u original, tiene una finalidad establecida y representa una solución única a un problema determinado” (2003).

En el pensamiento crítico, se evidencia que la puntuación en esta habilidad está en medio alto, contando con un 37,6% de los estudiantes que estuvieron en este rango, deduciendo según los resultados, que el porcentaje de los estudiantes que se encuentran en este nivel poseen un pensamiento crítico alto, contando con la habilidad de desarrolla capacidades de análisis propias e interés por conocer ciertos temas. López (2012) menciona que esta habilidad hace referencia a la capacidad reflexiva y analítica que se tiene para dar opinión a un pensamiento ajeno o propio siendo este objetivo. Por lo cual, el porcentaje de estos estudiantes cuentan con habilidades medio alto para reflexionar y analizar pensamientos que le son propios o ajenos.

En la dimensión de manejo de emociones y sentimientos obtuvo un puntaje normal bajo un total del 38,9% de los estudiantes, lo que da base a pensar que la mayor parte de los estudiantes no poseen buenas habilidades en el manejo de emociones y sentimientos, por lo cual sus respuestas

fisiológicas frente a una situación buena o mala son inmediatas y en el cual no se tiene un control de las mismas, por lo que se deduce que frente a dichas situaciones se dejan llevar por sus emociones y sentimientos sin poder regular estos.

Por último, en la dimensión de manejo de tensiones y estrés, el mayor porcentaje de estudiantes que estuvieron en el nivel normal alto es de 28,7%. Por lo cual, el porcentaje de estos estudiantes cuenta con buenas habilidades para manejar las tensiones y estrés que diariamente se viven, al igual el contar con la capacidad de reconocer esos factores estresores o situaciones que generan angustia y molestia.

Con los datos obtenidos se identifica que la dimensión en la que hubo más participación de los estudiantes fue la de pensamiento crítico, contando con un porcentaje de 45,2% y obteniendo un nivel normal alto. A diferencia de esto, se identifica que la dimensión que obtuvo un mayor porcentaje de estudiantes con baja puntuación fue la dimensión de conocimiento de sí mismo con 16,6% de los estudiantes y un nivel muy inferior.

Por otro lado, a través de la aplicación del test de autoestima de Rosenberg a los estudiantes de 1 semestre de la universidad de Santander extensión Cúcuta, Norte de Santander, se logró revisar los análisis de los resultados de su nivel de autoestima para así analizar la correlación con los resultados de cada una de las habilidades para la vida.

Este test fue aplicado a 157 participantes de los cuales todos pertenecen a primer (1) semestre de todas las facultades de la Universidad de Santander, las respuestas se recopilaron en

tablas de Excel para así dar paso a hacer uso del programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), en el cual se totalizó toda la información logrando así sacar porcentajes exactos de la autoestima.

Dando respuesta al segundo objetivo específico de esta investigación, el cual es identificar el nivel de autoestima en estudiantes de primer semestre de una Universidad privada de la ciudad de San José de Cúcuta, Norte de Santander a través del Test de Autoestima de Rosenberg, se obtuvo como resultados que el 75,8% que equivale a 119 estudiantes tienen un autoestima en un nivel elevado, el 14,6% equivalente a 23 estudiantes su autoestima se encuentra en nivel medio y por último el 9,6% igual a 15 estudiante están en un nivel bajo.

Cabe resaltar que en su mayoría los estudiantes tienen una autoestima en un nivel elevado, lo que quiere decir que los estudiantes logran aceptarse de manera positiva tal, cual como son, con sus imperfecciones y todo lo que en si conforma al ser humano; además, (Naranjo, 2007) señala que aquellas personas que cuentan con una autoestima alta focalizan las tareas propias y a las demás personas con una percepción de que serán exitosos y acogidos.

Teniendo en cuenta lo anterior, (Álvarez y Alonso, 2010) en el estudio “Consumo de alcohol y autoestima en adolescentes” observaron que el 94,5% de los participantes presentaron una autoestima elevada, 5,5% promedio y sin tener presencia de autoestima baja, considerando que la autoestima en estos adolescentes es estable en un tiempo de corto plazo, y que además, un buen nivel de autoestima puede estar relacionado con un factor protector, ya que permite al individuo identificar las influencias poco saludables; por tal razón se puede corroborar que tanto

la investigación descrita anteriormente como la actualmente realizada arrojan un resultados similar, lo que conlleva a resaltar la importancia de mantener una autoestima alta en las personas, para que así puedan fortalecer sus actitudes positivas en cuanto a diario vivir, pues esto les permitirá desempeñarse de la mejor manera en todos sus aspectos tanto personal como social y familia.

Finalmente, dando respuesta al tercer objetivo específico de la investigación, de acuerdo a los resultados correlacionales entre la variable de Habilidades para la vida y autoestima se encontró se encuentra significancia en su relación y por tanto se cumplió la hipótesis inicial de los investigadores, esta es, una relación directamente proporcional, es decir, se evidencian resultados bilaterales inferiores a 0,05, y una correlación de Pearson positiva de ,169* a ,644** como máximo, dando como resultado una relación entre las variables directamente proporcional.

Conclusiones

Se concluye que la habilidad para la vida de mayor predominancia en los estudiantes de primer semestre de la Universidad de Santander es toma de decisiones, mientras que la más baja fue conocimiento de sí mismo.

Se concluye que a través de la aplicación del test de Rosenberg que los estudiantes cuentan en su mayoría con un nivel de autoestima elevada.

Todas las habilidades para la vida se correlacionan positivamente con la autoestima pero la empatía es la que tiene menor correlación con la autoestima, mientras la dimensión de conocimiento de sí mismos siendo la menos común en los estudiantes arrojó la correlación más significativa positiva respecto al autoestima.

Recomendaciones

Esta investigación se realizó con el fin de aportar a la sociedad perteneciente al contexto universitario planteado las siguientes recomendaciones:

Para futuras investigaciones se recomienda que la muestra sea estudiantes de últimos semestres noveno y décimo para obtener una perspectiva diferente a los resultados obtenidos en esta investigación.

Conforme a los resultados obtenidos se le recomienda a la universidad de Santander dar continuidad con dicha investigación con el fin de obtener resultados de corte longitudinal.

Referencias Bibliográficas

- Acosta-Pabón, R., y Hernández, J. A. (2004). La autoestima en la educación. Universidad de Tarapacá Arica, Chile. *Redalyc* Vol. 1, núm. 11b, 82-95. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>
- Alonso, L. M., Murcia, G. G., Murcia, J. G., Herrera, D. P., Gómez, D. g., & Comas, M. V. (2007). Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes de primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte, Barranquilla (Colombia). Scielo.
- Álvarez, A. A., y Alonso, M. C. (2010). Consumo de Alcohol y Autoestima en Adolescentes. Scielo. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/html/2814/281421939021/>
- Alzate, M. V., y Zapata, S. I. (2017). La mirada de los adolescentes al modelo de habilidades para la vida. *Revista Latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud*, 709-718. Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/773/77357097006/77357097006.pdf>
- Arrarte, K. M., y Cordero, C. G. (2015). Autoestima en los universitarios ingresantes de la facultad de medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante el año 2015. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 1-13.
- Barraza-López, R. (septiembre, 2015). Perspectivas acerca del rol del Psicólogo educacional: propuesta orientadora de su actuación en el ámbito escolar. *Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3). Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/447/44741347029/>
- Bermúdez, V. 2017. Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. Disponible en: http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/26/03.%20MO%2003_26%20DEFINITIVO.pdf

Branden, N. (1955). Los seis pilares de la autoestima. *Fundación secretariado gitano*, pág. (1).

Disponible en: <https://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>

Braslavsky, C. 2006. Diez factores para una educación de calidad para todos en el siglo XXI.

Fundación Santillana. Disponible en:

file:///C:/Users/j/Downloads/diez_factores_educacion_calidad_siglo_xxi_braslavsky.pdf

Bravo, A. J. (9- 11 de junio 2010). La formación en Habilidades para la Vida y su aporte a los

procesos de fortalecimiento de las universidades como escenarios promotores de salud.

Colombia. Recuperado de:

http://proinapsa.uis.edu.co/redcups/Biblioteca/Documentos%20REDCUPS/Habilidades_para_la%20Vida_Amanda_Bravo.pdf

Caso-Niebla, J., Hernández-Guzmán, L., y González-Montecinos, M. (2011). Prueba de

Autoestima para Adolescentes. Colombia: *Redalyc Red de Revistas Científicas de América*

Latina y el Caribe, España y Portugal. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/html/647/64722451017/>

Cogollo, Z., Campo- Arias A., y Herazo, E. (2015) Escala de Rosenberg para autoestima:

consistencia interna y dimensionalidad en estudiantes de Cartagena, Colombia.

Psychologia, Avances de la Disciplina, (4-5). Disponible en:

<http://www.redalyc.org/pdf/2972/297241658005.pdf>

Congreso de Colombia (febrero 1994). Ley general de educación 115. *Diario Oficial* No.4121.

Disponible en: https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_0115_1994.htm

Congreso de Colombia (diciembre 1992). Ley 30 del servicio público de la Educación Superior.

Disponible en: https://www.cna.gov.co/1741/articles-186370_ley_3092.pdf

- Consejo Nacional de Política Económica y Social. (14 de marzo de 2005). Metas y Estrategias de Colombia para el logro de los objetivos de desarrollo del Milenio: *Conpes Social* 91. República de Colombia Departamento Nacional de Planeación. Disponible en: http://www.minambiente.gov.co/images/normativa/conpes/2005/Conpes_0091_2005.pdf
- Constitución Política de Colombia (1991). Artículo 45. Disponible en: <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Documents/Constitucion-Politica-Colombia.pdf>
- Couso, M. 2015. Empatía: efectos de los vínculos primarios. Pág. 8. Disponible en: https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_5.pdf
- Corrales, A.; Quijano, N. y Góngora, E. 2017. Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. Enseñanza e Investigación en Psicología, 22(1), 58-65. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29251161005.pdf>
- Cuba-Fuentes, M. S., y Albrecht-Lezama, C. (enero 2017). A 30 años de la Carta de Ottawa. *Scielo Perú* vol.34 no.1. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172017000100012
- Departamento Administrativo de Planeación Secretaría Municipal Norte de Santander (14 de junio de 2016). Secretaría Municipal San José de Cúcuta: *Plan de Desarrollo Municipal 2016-2019*. Disponible en: http://www.semcucuta.gov.co/wp-content/uploads/2015/09/ACUERDO-010-DE-14JUNIO2016_PLAN-DE-DESARROLLO-SI-SE-PUEDE-PROGRESAR-1.pdf
- Díaz-Posada, L. E., Rosero-Burbano, R. F., Melo-Sierra, M. P., y Aponte-López, D. (26 de abril de 2013), Habilidades para la Vida: Análisis de las propiedades Psicométricas de un Test

- Creado para su medición. *Ciencias Sociales* (181-200). Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5123783.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia – UNICEF. (s/f). Herramientas para la Vida. Herramientas para el Buen Trato y la Prevención de la Violencia. Disponible en:
https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades_Correcciones_Noviembre.pdf
- Fuquen, M. 2003. Los conflictos y las formas alternativas de resolución. Disponible en:
<http://revistatabularasa.org/numero-1/Mfuquen.pdf>
- Gea, M. M., Batanero, C., Cañadas, G. R. y Contreras, J. M. (s/f). Un estudio empírico de las situaciones-problema de correlación y regresión en libros de texto de bachillerato. *Investigación en Educación Matemática XVII*, (293-300). Disponible en:
<http://www4.ujaen.es/~eramirez/Descargas/tema5>
- Giraldo, C. D., y Mendivelso, Y. P. (2016). *Repositorio Universidad Santo Tomas*. Disponible en:
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3336/Morenochristian2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gómez-Lugo, M., Espada, J. P., Morales, A., Marchal-Bertrand, L., Soler, F. & Vallejo Medina, P. (2016). Adaptación, validación, confiabilidad y equivalencia factorial de la Escala de Autoestima de Rosenberg en población colombiana y española. Disponible en:
<https://blogs.konradlorenz.edu.co/files/rosenberg-self-esteem-scale-versio%CC%81n-sexlab-kl.pdf>
- Guzmán-Marín, L. (enero-marzo de 2017). Habilidades para la vida, manejo de emociones, comunicación asertiva. Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades. Disponible en: <https://www.cch.unam.mx/padres/sites/www.cch.unam.mx.padres/files/archivos/08-Habilidades-para-la-Vida2.pdf>

- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2014). Metodología de la Investigación. México. Sexta edición. México D. F. Editorial Mc Graw Hill Education.
- Ipuz-Martín, M. A., y Portela-Cañón, E. J. (2017), Bienestar y Satisfacción en Áreas Vitales; Variables Sociodemográficas, de Personalidad, Autoestima y Optimismo. Repositorio Institucional Universidad Católica de Colombia, pág. 4. Disponible en: <http://repository.ucatolica.edu.co:8080/bitstream/10983/14085/2/resumen-analitico-en-educacion.pdf>
- Larrotta, R., Sánchez-Rojas, L., y Sánchez, J. (19 de febrero de 2016). Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga. *Informes Psicológicos*, pág. 3 (9). Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/download/6480/5952>
- Larroucau, T., (2015) Estudio de los factores determinantes de la deserción en el sistema universitario chileno. Pág. 11. Disponible en: [file:///C:/Users/VIRTUAL105BPC16/Downloads/38351-1-132343-3-10-20170112%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/VIRTUAL105BPC16/Downloads/38351-1-132343-3-10-20170112%20(1).pdf)
- León-Salazar, A. (9 de agosto de 2007). Qué es la educación. *Educere-Artículos Arbitrados, Venezolana de Educación*, volumen (39). 595-604. Disponible en: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/20200/articulo2.pdf;jsessionid=4D6A5A9F683B140445C2B509D0856EA7?sequence=2>
- López-Sánchez, I., y Hernández-Fernández, E. (enero-marzo 2013). El diálogo “Habilidades para la Vida-Resiliencia”, una ojeada desde el acontecer docente educativo. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe*, 13(42). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/4757/475748681001.pdf>

- Mantilla-Castellanos, L. (2001). Habilidades para la vida una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas Psicosociales. Fe y Alegría. 1-27. Disponible en: http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0175/5_FyA_HAB_pro.pdf
- Martínez-Almeida, O. (mayo 2010). La autoestima. Leer en albatros, pág. (3). Disponible en: <https://leerenalbatros.files.wordpress.com/2016/11/autostima-30.pdf>
- Martínez-Ruiz, V. (30 de mayo 2014). Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana. *Colombiana de Ciencias Sociales*. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/ba8317_3a5f3dc0217747c0a29ad19b3b90e44f.pdf
- Martínez, P. (s, f). La importancia de la toma de decisiones. Disponible en: https://www.academia.edu/16523862/Articulo_La_importancia_de_la_toma_de_decisiones
- Marzana, D., Pérez-Acosta, A. M., Elenea M., y González, M. I. (abril 2010). La Transición de edad adulta en Colombia: una lectura relacional. *Red de revistas científicas de América Latina y el caribe, España y Portugal*. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/799/79915029009/>
- Matey, P. (30 de abril de 2016). Diez habilidades para la vida. Disponible en: <https://www.cambio16.com/actualidad/diez-habilidades-para-la-vida/>
- Melcón-Álvarez, M. A., Melcón, A. (1991). Educación en la Autoestima. España: *Complutense de Educación*, 2 (3). Disponible en: http://www.colegioconsolacionmaracay.org.ve/raiz/documentos/coord_media/1-%20Plan%20operativo%20de%20difusion/autoestima%20y%20educacion.pdf

- Melero, J. C. (2010). *Habilidades para la vida: Un modelo para educar con sentido*. Zaragoza: II Seminario de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud. Recuperado de: http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Departamentos/SaludConsumo/Documentos/docs/Profesionales/Salud%20publica/Promoci%C3%B3n%20salud%20escuela/Red%20Aragonesa%20Escuelas%20Promotoras%20Salud/Jornadas/Un_modelo_para_educar_con_sentido.pdf
- Ministerio de Educación Nacional. (2009). *Deserción estudiantil en la educación superior colombiana. Revolución Educativa Colombia Aprende*. Disponible en: http://www.mineducacion.gov.co/sistemas_de_información/1735/articulos-254702_libro_desercion.pdf
- Ministerio de la Protección Social. (septiembre 2006). *Ley 1090 de 2006 Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Congreso de Colombia. Disponible en: <https://docs.supersalud.gov.co/PortalWeb/Juridica/Leyes/L1090006.pdf>
- Ministerio de la Protección Social (diciembre 2006). *Lineamientos Nacionales para la Aplicación y el Desarrollo de las Estrategias de Entornos Saludables. Escuelas Saludables y Viviendas Saludables*. Gobierno de Colombia. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SA/lineamientos-nacionales-para-la-aplicacion-y-el-desarrollo-de-las-ees.pdf>
- Ministerio de salud. 2017. *Boletín de salud mental Depresión Subdirección de Enfermedades No Transmisibles*. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/boletin-depresion-marzo-2017.pdf>

- Mohammadzadeh, M., Awang, H., K.S, H., & Ismail, S. (2017). The effects of a life skills-based intervention on emotional health, self-esteem and coping mechanisms in Malaysian institutionalised adolescents: Protocol of a multi-centre. *Revista Internacional de Investigación Educativa ELSEVIER*, 32-42. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/ba8317_c4bdb5d5f8fb42a1a6a441126b1c2b8d.pdf
- Mojarro, A., Lozano, I. H., & García, L. S. (2017). Entrenamiento en Habilidades para la vida como estrategia para la atención primaria de conductas adictivas. *Sistema de información científica Redalyc*, 63-69. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133957572008>
- Monje, C. (2011). Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa Guía didáctica. *Universidad Surcolombiana*. Disponible en: <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Montoya- Castilla, I., y Muñoz- Iranzo, I. (2009). Habilidades para la vida. *Compartim revista de formación del professorat*. Disponible en: http://cefire.edu.gva.es/sfp/revistacompartim/arts4/02_com_habilidades_vida.pdf
- Morales-Rodríguez, M., Benítez-Hernández, M., y Agustín-Santos, D. (abril, 2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. México; *Redalyc Revista Electrónica de Investigación Educativa*, vol. 15 (3). Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15529662007>
- Naranjo, M. L. (2007). Autoestima, un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Realyc*, vol 7, núm. 3.
- Navarro, M. 2009. Autoconocimiento y autoestima. Pág. 5. Revista digital para profesionales de la enseñanza. Disponible en: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6409.pdf>

Organización Mundial de la Salud. 1994. Programme On Mental Health: Life Skills Education In Schools. Disponible en: https://asksource.info/pdf/31181_lifeskillsed_1994.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura – UNESCO. (31 de enero 2017). E2030: Educación y Habilidades para el Siglo 21. Disponible en: <http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Habilidades-SXXI-Buenos-Aires-Spa.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura – UNESCO. (2013). Situación Educativa de América Latina y el Caribe: Hacia la Educación de Calidad para Todos al 2015. Disponible en: <http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/images/SITIED-espanol.pdf>

Organización Panamericana de la Salud – OPS (2001). Disponible en: <http://www.paho.org/hq/?lang=es>

Paul, R. y Elder L. (2010). La miniguía para el pensamiento crítico, conceptos y herramientas. Fundación para el pensamiento Crítico (2003). Disponible en: <https://www.criticalthinking.org/resources/PDF/SP-ConceptsandTools.pdf>

Pacheco Urbina, Vivian María. 2003. La inteligencia y el pensamiento creativo: aportes históricos en la educación. Revista Educación [en línea]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44027103.pdf>

Pérez, A. C., León, N. Q., & Coronado, E. A. (abril de 2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar Habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 58-65. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161005>

- Piedra-Chacón, P. (7 de marzo de 2014) Módulo práctico de habilidades para la vida aplicadas al tema de violencia, en un grupo de mujeres del programa socioeducativo de la Fundación Rahab. *Humanistas*, (2-3). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4866912.pdf>
- Riquelme, M. 2018. Toma de decisiones: concepto de vital importancia en la empresa. Disponible en: <https://www.webyempresas.com/toma-de-decisiones/>
- Rojas, V. M. (2017). *Repositorio Universidad Cesar Vallejo*. Disponible en: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/22594/Quispe_RVM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sánchez-Vergel, F. K., y Anaya-García, N. (2012). Estrategias de intervención para favorecer la autoestima en los adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados del municipio de San José de Cúcuta. Programa de Terapia Ocupacional, Universidad de Santander UDES. Disponible en: <http://service.udes.edu.co/redsiudes/tercerEncuentro/memorias/ponencias/PMP4.pdf>
- Silva, M. G. (1992). Estudio exploratorio y Descriptivo de Autoestima en Adolescentes de Nivel Socioeconómico Bajo. Uchile.
- Tascón, L. A., Benítez, D. I., & Ospina, C. B. (2016). Actividad sexual temprana y embarazo en la adolescencia: estado del arte. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 243-253. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchog/v81n3/art12.pdf>
- Torres-Escobar, Consuelo. (2017). Cartilla Habilidades para la vida. Gobierno autónomo municipal de la Paz. Disponible en: <http://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/cartilla%204.pdf>

Universidad de Santander UDES. (2016). Información Institucional. Cúcuta. Disponible en:
<http://cucuta.udes.edu.co/la-universidad/informacion-institucional.html>

Unesco. *Declaración Mundial sobre la educación para todos*. (1990). Chile. Disponible en:
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000086117_spa.nameddest=86117

Valencia-Espinoza, C. M. (2016). Factores que Inciden en la Deserción Estudiantil en el Programa de Administración de Empresas de una Institución de Educación Superior en la Ciudad de Bucaramanga. Disponible en:
<http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/479/1/FACTORES%20QUE%20INCIDEN%20EN%20LA%20DESERCI%C3%93N%20ESTUDIANTIL%20EN%20EL%20PROGRAMA%20DE%20ADMINISTRACI%C3%93N%20DE%20EMPRESAS%20DE%20UNA%20INSTITUCI%C3%93N%20DE%20EDUCACI%C3%93N%20SUPERIOR%20EN%20LA%20CIUDAD%20DE%20BUCARAMANGA.pdf>

Viana-Osorio, Y. A., y Lima-Anaya, L. (2011). Proyecto de habilidades para la vida en niños y adolescentes de la Asociación Cristiana de jóvenes zona San Cristóbal sur: “preparate para la vida: alimenta tu cuerpo y tu mente” (Tesis Especialización). Disponible en:
<http://bdigital.unal.edu.co/6482/1/yamileandreavianaosorio.2011.pdf>

William, A. C., Stella, P. M., & Abad, P. T. (2016). Estudio de los factores de calidad educativa en diferentes Instituciones educativas de Cúcuta. *Investigación y Desarrollo*, 329-354.