



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ESTE

FACULTAD DE FILOSOFÍA

CARRERA DE PSICOLOGÍA



**ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA Y AUTOESTIMA DE
PERSONAS JUBILADAS PERTENECIENTES A UNA
ASOCIACIÓN EN EL AÑO 2021**

Autora:

Patricia Beatriz Machuca Bertoni

Correo: patimachucaa@hotmail.com

Orientadora:

Mag. Liz Angélica Duarte

Correo: liz.duarte@filosofiaune.edu.py

Trabajo Final de Grado presentado a la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este como requisito para la obtención del título de Licenciatura en Psicología

Ciudad del Este - Paraguay

Año 2021

RESUMEN

El objetivo general de esta investigación son las actividades de la vida diaria y la autoestima de personas jubiladas pertenecientes a una asociación. Se planteó una metodología con enfoque mixto, de alcance descriptivo y diseño explicativo. Para la recolección de los datos, se tomó como muestra 32 individuos de una asociación, se recolectaron datos con dos instrumentos, el primero de ellos constituye un inventario denominado autoestima de Coopersmith que mide el nivel de autoestima en las escalas familiar, social y de sí mismo, el otro instrumento consiste en una guía de entrevistas que recoge datos acerca de siete dimensiones que son: actividades básicas, actividades instrumentales, educación, trabajo, juego, tiempo libre y participación social. Los resultados obtenidos en cuanto a la autoestima muestran que 20 individuos con el nivel alto, 10 individuos con nivel medio alto y 2 individuos con el nivel medio bajo, no se registraron puntajes inferiores. En cuanto a las dimensiones analizadas en la entrevista se pudo visualizar que referente a las actividades básicas existe un cuidado en lo relacionado a las horas de sueño y alimentación; en las actividades instrumentales señalan que efectúan mantenimientos en el hogar y realizan ejercicio diario; en cuanto a la educación, coincidieron todos en que ya dejaron cualquier tipo de estudio; en lo referido al trabajo, que incluye la preparación para la jubilación, mencionaron no hacer planificaciones exactas en lo que respecta a su vida post jubilación; en cuanto al juego, los que no presentan problemas de salud como dolencias en la espalda o rodilla, participan de fútbol semanales; acerca del tiempo libre, hubo respuestas muy variadas de cada individuo de como aprovechan su ocio y en relación con la participación social la mayoría coincidió con las reuniones con amigos semanalmente y visitas frecuentes a la familia. Concluyendo, con respecto a los individuos que aplicaron en esta investigación la mayoría cuenta con una buena autoestima, una vida moderada en ejercicios y alimentación, contacto social y familiar.

Palabras claves: jubilación; Autoestima; actividades diarias; adultos mayores.

ABSTRACT

The general objective of this research is the activities of daily life and the self-esteem of retired people belonging to an association. A methodology with a mixed approach, descriptive scope and explanatory design was proposed. For data collection, 32 individuals from an association were taken as a sample, data were collected with two instruments, the first of which constitutes an inventory called Coopersmith's self-esteem, which measures the level of self-esteem on the family, social and self-scales. The other instrument consists of an interview guide that collects data on seven dimensions that are: basic activities, instrumental activities, education, work, play, free time and social participation. The results obtained in terms of self-esteem show that 20 individuals with the high level, 10 individuals with the medium-high level and 2 individuals with the medium-low level, no lower scores were recorded. Regarding the dimensions analyzed in the interview, it was possible to visualize that regarding basic activities there is care in relation to hours of sleep and food; in instrumental activities they indicate that they carry out maintenance at home and perform daily exercise; Regarding education, they all agreed that they have already left any type of study; Regarding work, which includes preparation for retirement, they mentioned that they did not make exact plans regarding their post-retirement life; As for the game, those who do not have health problems such as back or knee ailments, participate in weekly soccer; Regarding free time, there were very varied responses from each individual on how they take advantage of their leisure and in relation to social participation, the majority coincided with weekly meetings with friends and frequent visits to the family. Concluding, with respect to the individuals who applied in this research, the majority have good self-esteem, a moderate life in exercise and food, social and family contact.

Keywords: retirement; Esteem; daily activities; older adults