



**UNIVERSIDAD NACIONAL  
"PEDRO RUIZ GALLO"**



**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y  
EDUCACIÓN**

**SECCIÓN DE POSTGRADO**

**UNIDAD DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**ESTRATEGIAS VIVENCIALES PARA ELEVAR EL NIVEL DE  
AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL III CICLO DE  
EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°  
16004, MORRO SOLAR, JAEN.**

**TESIS**

**PRESENTADA PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN  
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN INVESTIGACIÓN Y  
DOCENCIA**

**AUTOR:  
Bachiller JAVIER MORI DÍAZ**

**ASESOR:  
Dr. Manuel BANCES ACOSTA**

**LAMBAYEQUE – PERÚ  
2017**

ESTRATEGIAS VIVENCIALES PARA ELEVAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA DE  
LOS ESTUDIANTES DEL III CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 16004, MORRO SOLAR, JAEN.

PRESENTADA POR:

---

Bach. Javier MORI DIAZ  
Autor

---

Dr. Manuel BANCES ACOSTA  
Asesor

APROBADO POR:

---

Dr. MANUEL OYAGUE VARGAS  
Presidente

---

Dr. WALTER CAMPOS UGAZ  
Secretario

---

Dra. LAURA ALTAMIRANO DELGADO  
Vocal

LAMBAYEQUE – 2017

# DEDICATORIA

A MI:

ESPOSA GLADIS POR SU APOYO DESMEDIDO

A MIS HIJOS FRANCISCO JAVIER Y ARIANA

LARISSA QUE SON LA MOTIVACIÓN PARA EL

LOGRO DE MIS METAS

Javier

# AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer sinceramente a aquellas personas que compartieron sus conocimientos conmigo para hacer posible la conclusión de esta tesis.

Javier

## ÍNDICE

RESUMEN

ABSTRAC

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

1.0 ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO.

1.1 Ubicación 15

1.2 Análisis Histórico Tendencial del Objeto de Estudio. 24

1.3 Características Actuales del Objeto de Estudio. 32

1.4 Metodología de la Investigación. 37

CAPÍTULO II

2.0. MARCO TEÓRICO.

2.1. La autoestima 42

2.1.1. Baja autoestima 43

2.1.2 La familia y la autoestima 44

2.1.3 Como elevar la autoestima 45

2.1.4 La escuela y la autoestima 46

2.1.5 La buena autoestima 48

2.1.6 Características de la autoestima positiva 49

2.2 Técnicas vivenciales 61

2.2.1 Tipos de técnicas vivenciales 63

2.3 La teoría de Nathaniel Branden 65

2.4. Los siete pilares de la autoestima 69

CAPÍTULO III

3.0. ANÁLISIS E INTERPRECIÓN DE LOS RESULTADOS

3.1. Análisis e interpretación de la Pre Observación 74

3.2. Estrategias Vivenciales para desarrollar la autoestima 80

3.4. Análisis e Interpretación de la post observación 120

Conclusiones

Recomendaciones

Bibliografía

## **RESUMEN**

El presente estudio surge como respuesta al problema encontrado en la institución educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, el cual destaca el bajo nivel de autoestima, en el III ciclo del nivel primaria, expresado a través de: Comportamiento tímido, falta de confianza, manifestación de angustia, duda, tristeza, vergüenza y agresividad, entre otras conductas. La investigación es de carácter aplicada y consiste en diseñar y elaborar estrategias vivenciales, para lograr elevar la autoestima en los estudiantes.

El aporte investigativo, radica en diseñar y elaborar estrategias vivenciales basada en la teoría de Nathaniel Branden, para elevar el nivel de autoestima de los estudiantes.

La presente propuesta se justifica porque mejoraremos la autoestima de los estudiantes, en consecuencia los sentimientos que tienen hacia sí mismos y esto influirá positivamente en cómo viven sus vidas; los estudiantes sentirán que se les quiere y aprecia (en otras palabras, que tienen la autoestima alta), tendrán mejores relaciones sociales, serán más proclives a pedir ayuda y apoyo a los amigos y la familia cuando la necesiten, creerán que pueden alcanzar sus objetivos y solucionar sus problemas y por ende, rendirán mejor en sus estudios. Esto permitirá que los estudiantes se acepten así mismo y vivan la vida de forma plena.

La aplicación de las estrategias permitirá a los estudiantes un alto desarrollo de su autoestima, dando énfasis la aceptación de sí mismo, relación positiva con los estudiantes, adquisición de capacidad crítica, Valorar los sentimientos no verbales, y sensibilización con sus padres.

**PALABRAS CLAVES: ESTATEGIA VIVENCIALES – AUTOESTIMA**

## **ABSTRACT**

The present study arises in response to the problem found in the educational institution No. 16004 Morro Solar, Jaén, which highlights the low level of self-esteem, in the third cycle of the primary level, expressed through: Behavior timid, lack of confidence, manifestation of anguish, doubt, sadness, shame and aggression, among other behaviors. The research is of an applied nature and consists of designing and elaborating experiential strategies, in order to raise the self-esteem of the students.

The research contribution lies in designing and developing experiential strategies based on the theory of Nathaniel Branden, to raise the level of self-esteem of students ".

The fundamental objective of the proposal is to design and develop experiential strategies to raise the self-esteem of students.

The aforementioned points out the importance of the application of the proposal. The implementation of the three strategies, in order to raise the self-esteem of students, so they accept themselves, become aware of their potential, have a positive relationship with their peers, learn to criticize and accept criticism and discover the Beauty concepts, whose results were predictable from the hypothesis.

The application of the strategies will allow the students a high development of their self-esteem, emphasizing self-acceptance, positive relation with students, acquisition of critical capacity, Valuing non-verbal feelings, and Sensitization to parents.

**KEYWORDS: VIVENTIAL STRATEGY - SELF-ESTEEM**

## INTRODUCCIÓN

En la medida que el mundo ha ido sufriendo sistemáticas transformaciones en todos los niveles desde lo político, lo económico, la ciencia y la tecnología hasta los estilos de vida y filosofías religiosas; múltiples organizaciones internacionales como la UNESCO desde hace cinco décadas, consecutivamente desde 1970, 1980, 1990, 2000 ha llamado la atención en múltiples foros mundiales sobre la importancia del rol de los educadores en el nuevo proceso de la planificación, gestión y puesta en marcha de las innovaciones institucionales educativas necesarias para responder a las nuevas y cambiantes exigencias de la sociedad, particularmente las que se dan desde el fenómeno de la globalización en la década de los noventa, fecha en que se inicia la nueva etapa de crecimiento y universalización de la informática satelital, la comunicación y la economía mundial y con ella de la educación en todos sus niveles, siendo los encargos y desafíos de la sociedad más dinámicos y fuertes para con la educación; ya que el nuevo orden mundial de la globalización necesita o requiere de una formación educativa competitiva, eficaz y eficiente, de una educación de calidad, competitiva y acreditable a nivel mundial para lo cual emergen nuevas necesidades didácticas, de estilos metodológicos dinámicos y participativos, de paradigmas educativos innovadores. En este sentido la educación se encuentra en un proceso de cambio constante, en el cual se han divulgado planteamientos teóricos y perspectivas metodológicas sustentadas en un conjunto de aportes provenientes de la Epistemología, la Pedagogía Activa y la Psicología Cognitiva.

Sin embargo, en las instituciones educativas, aún está desvinculado la práctica pedagógica con la práctica de valores; así, por ejemplo, no hay aún una eficaz actividad cooperativa entre los alumnos lo que se ve a menudo es una



competitividad y un individualismo entre los alumnos que tan sólo terminan desarrollando conductas muy pocas solidarias y escasas habilidades cognitivas que le conllevan a reducir sus posibilidades de éxito en su aprendizaje. “Complementado con esta situación se tiene el problema que enfrentan los docentes, relacionado con el desconocimiento de la manera de trabajar con estrategias o didácticas de aprendizaje cooperativo, que posibilitan una interacción continua y permanente.

Los cambios acelerados de la ciencia y la tecnología exigen una cultura innovadora y de formación integral, que posibilite a los estudiantes enfrentar con éxito las situaciones que se les presentan; para ello se requiere una formación basada en el pensar y el actuar de acuerdo a la autonomía, pero siempre en colectivo es decir a nivel del grupo donde se practique la convivencia, pues no existe fenómeno social aislado o individual.

A través de la historia de nuestro país, siempre hemos visto la necesidad y los beneficios de una autoestima positiva; la educación peruana ha intentado hacer de ella un instrumento liberador que propicie espacios de expresión y toma de decisiones para que los estudiantes tengan una educación de calidad y de esta manera logren su formación integral, acorde con las exigencias y necesidades de la sociedad.

La política educativa actual, en el Perú, no ha considerado la enseñanza de la autoestima que permita al estudiante aceptarse así mismo, tomar conciencia de sus potencialidades, tener una relación positiva con sus compañeros, aprender a criticar y a aceptar críticas y descubrir los conceptos de belleza, es decir una convivencia armónica y unas relaciones adecuadas con los estudiantes, que propicien su formación integral.

Es importante que los profesores tomemos conciencia que los estudiantes necesitan de acompañamiento cuando rompen y construyen sus formas de mirar el mundo. Por ello la función del profesor de educación primaria deberá ser de motivador, informador, orientador, retador, problematizador, de apoyo y ayuda para que los estudiantes puedan construir nuevas estructuras. Se coincide con A. Arón y N. Milicic, (1993), cuando señalan que los individuos que desarrollan la autoestima son más exitosos y viven una vida más satisfecha; disfrutando mejor sus relaciones con los demás y su entorno y son capaces de establecer nuevas relaciones sin tensiones ni ansiedades.

El problema de investigación está determinado por: Los niños y niñas del III ciclo de educación primaria, manifiestan bajo nivel de autoestima, expresado en el comportamiento tímido, falta de confianza, manifestación de angustia, duda, tristeza, vergüenza y agresividad, todo ello cual dificulta el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén,

Cuyo objeto de estudio se enmarca en: El proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños y niñas del III ciclo de educación primaria, en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

La educación es uno de los procesos más complejos y por medio de esta ciencia, el hombre se identifica como tal y con su entorno, al mismo tiempo que implica una transformación de sí mismo y del mundo.

En la educación peruana podemos observar muchos problemas, que en la actualidad es preocupación para profesores y la sociedad en general, siendo uno de estos problemas el comportamiento inadecuado que manifiestan muchos escolares en el interior de las aulas y que los docentes no pueden ejercer un mayor control disciplinario, se ven desprotegidos y sin alternativas para poder impartir sus

clases, pues éste no es el único problema que aqueja a nuestra educación peruana, pero considero que es el problema principal que debemos tratarlo y darle solución, teniendo en cuenta que es en el aula donde se están formando los niños y jóvenes y que a partir de ello tomarán o no conciencia de la realidad, al mismo tiempo que a partir de su formación actuarán como ciudadanos con o sin responsabilidad frente a los múltiples problemas que enfrenta la educación en nuestro país; es por eso que considero esencial tratarlo en el presente proyecto, profundizarlo en la fundamentación de una propuesta metodológica que sirva al profesorado como una herramienta para tener un mayor control de las relaciones y comportamiento ejercido por el alumnado en el aula.

De acuerdo a un análisis y diagnóstico previo realizado, se considera que los factores responsables de los conflictos surgidos en el interior del aula, entre los que se destaca: la metodología empleada, la organización del aula y el clima creado en ella, pero especialmente en la interacción entre alumnos y alumnos, y entre profesores y alumnos/as; creemos que un mayor conocimiento de esta interacción, de su génesis y funcionamiento, puede aportar beneficios educativos en todos los aspectos.

El trabajo de investigación intenta profundizar y desarrollar fundamentalmente la formación de la autoestima tomando en cuenta los cuatro pilares de la educación señalado por el informe Dellors: aprender a aprender, aprender a convivir y a trabajar en proyectos comunes y aprender a ser.

Los docentes deberían mostrar el camino en su actividad diaria a través del ejemplo, para que sus alumnos/as aprendan a descubrir progresivamente al otro, a desarrollar la empatía y la preocupación por el bien común y no sólo por el propio.

El informe Delors propone que se favorezca el trabajo en común, desde este marco, se considera que la aplicación en el aula de estrategias de aprendizaje en equipo favorece el aprendizaje de la solidaridad, sobre todo, de sus componentes procedimental y actitudinal, ya que entre otras variables, promueve el diálogo y el consenso para lograr la responsabilidad solidaria, obligando al alumno a utilizar el diálogo como instrumento para la solución de conflictos creados entre un colectivo para construir un proyecto compartido; a través del aprendizaje en equipo, se enseña y aprende a respetar las diferencias individuales, a colaborar, a compartir y ayudar; a planificar conjuntamente y a la búsqueda del bien común; todos estos componentes son imprescindibles para promover el valor de la solidaridad de un modo práctico, continuado y sistemático, y no meramente realizar actividades concentradas en la semana de la solidaridad, de esta manera se justifica y al mismo tiempo se fundamenta la importancia del presente trabajo.

Es evidente que cambiar la forma de organizar el trabajo en el aula, pasando la formación de valores, supone nuevos retos para el profesorado, en la medida que debe prepararse para este cambio, así mismo este cambio debemos empezar impartiendo y desarrollando la estrategia del aprendizaje en equipo; este es, precisamente el objeto del presente proyecto, empezando dicho cambio en los estudiantes de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

El objetivo general es: Diseñar y elaborar estrategias vivenciales para que los niños y niñas del III ciclo de educación primaria eleven su nivel de autoestima, con la finalidad de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

Cuyos objetivos específicos son.

- a) Analizar e identificar los niveles de autoestima de los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.
- b) Diseñar y elaborar estrategias vivenciales para los niños y niñas del III ciclo del nivel primario eleven su nivel de autoestima.
- c) Comprobar la eficacia y eficiencia de las estrategias vivenciales en la mejora de los niveles de autoestima, de los niños y niñas del III ciclo del nivel primario.

El campo de acción es: Estrategias vivenciales para elevar el nivel de desarrollo de la autoestima los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

La hipótesis planteada es: Diseñar y aplicar estrategias vivenciales basada en la teoría de Nathaniel Branden, para que los niños y niñas del III ciclo del nivel primario eleven su nivel de autoestima, entonces se mejorará el proceso de enseñanza-aprendizaje en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén

La presente investigación, está diseñada en tres capítulos: En el primer capítulo se presenta el análisis del objeto de estudio; a partir de la ubicación de la institución educativa, el análisis tendencial de la autoestima; así como la descripción de la metodología seguida, que nos permitió llevar a cabo la investigación. En el segundo capítulo denominado: Marco teórico respecto a las técnicas vivenciales y la autoestima; presentado a través de un estudio documental de diferentes fuentes escritas, que permite una comprensión conceptual del problema de estudio.

El tercer capítulo está constituido por el análisis e interpretación de los datos obtenidos a través de la encuesta aplicada a los estudiantes, así como la guía de observación aplicada a los docentes que tienen que ver directamente con el

problema de investigación realizada, a partir del análisis y el contraste de la información organizada en los cuadros estadísticos; finalizando este capítulo con la propuesta: programa de Técnicas vivenciales para elevar el nivel de autoestima de los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

Por último, este trabajo presenta las conclusiones, que hacen referencia a los hallazgos significativos de la investigación; la sugerencia referida al compromiso de apropiarse y hacer de ellas parte de la práctica educativa de los docentes del nivel primaria en la institución educativa N.º 16004 Morro Solar. Jaén.

**El Autor.**

## **CAPITULO I**

### **1.0 ANALISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO**

#### **1.1. Ubicación**

El estudio denominado estrategias vivenciales para elevar el nivel de autoestima de los estudiantes del segundo grado de educación primaria se realiza en la Institución Educativa de Menores 16004” de la ciudad de Jaén. Su población estudiantil asciende a 950 alumnos atendida por 36 profesores, un subdirector del nivel; un Director General y el respectivo personal administrativo y de servicio.

La institución educativa se caracteriza por ser uno de los centros que tiene en sus ambientes mayoritariamente a niños de bajos recursos económicos y además nuestros estudiantes vienen de hogares disfuncionales y de sectores urbano marginales esto hace que su plana docente esté constantemente capacitada y actualizada en los diferentes enfoques pedagógicos y estrategias para darles la mejor atención a nuestros estudiantes. Nuestra Institución Educativa cuenta con una infraestructura y se ha instalado el laboratorio de cómputo con el servicio de Internet; la organización administrativa y pedagógica es adecuada para promover la participación de los padres de familia y de los alumnos y de la comunidad educativa en el desarrollo personal de nuestros estudiantes y socioeconómico de la comunidad.

Esta institución educativa depende del órgano intermedio denominado Unidad de Gestión Educativa y representa una instancia de ejecución del proceso de enseñanza y aprendizaje de naturaleza descentralizada que brinda servicios educativos públicos. Su gestión se sostiene en el denominado Proyecto Educativo Institucional y su finalidad está representada por el logro de aprendizajes

significativos, así como la formación integral de sus educandos. Su organización se sustenta en las normas educativas emanadas por el Ministerio de Educación y sus actividades están regidas por la RM. No. 0015-2017-ED – “Directiva para el Año Escolar 2017: Orientaciones para el Desarrollo de las Actividades en las Instituciones Educativas”.

En la mayoría de las instituciones educativas de nuestra realidad educativa predomina la aplicación de una metodología tradicional, específicamente si nos referimos al nivel primario vamos a encontrar docentes que persisten con actitudes antidemocráticas, expresadas en la escasa libertad para que los alumnos expresen, opinen, participen en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje, sus hábitos se han reducido solamente a que las decisiones sean de manera unilateral, es decir sin respetar las opiniones de los estudiantes, lo que no permite que nuestros estudiantes sean atendidos en forma integral y se limita al desarrollo de conocimientos.

Los docentes de la Institución Educativa 16004, presentan estrategias metodológicas que no favorecen en la autoestima, alteran la convivencia democrática y con ello la libre expresión, opinión y libertad de expresar sus pensamientos y sentimientos hace que los estudiantes sean sometidos a una enseñanza limitada y memorística, trayendo como consecuencia que el futuro ciudadano asume conductas inadecuadas y actitudes indiferentes ante los problemas sociales, políticos, culturales, económicos, etc. de la comunidad y por ende de la sociedad peruana.

La comunicación vertical y la escasa practica de valores desplaza a la existencia del diálogo como una de las estrategias elevada a la categoría de instrumento de intercambio de opiniones que permitan formar al estudiante en



forma integral expresados por los docentes, alumnos, padres de familia y demás agentes de la educación; partiendo de ello la construcción de otras estrategias como la comunicación horizontal, la práctica de valores y la formación del autoconcepto, el respeto hacia los demás, la participación, el control del quehacer docente, etc.

La institución educativa ubicada en la provincia de Jaén alberga alumnos que provienen de familias inmigrantes y disfuncionales conformando una población culturalmente diversificada, con niveles de entendimiento limitados en derechos humanos y democracia, hechos que hacen poco posible elevar el nivel de Autoestima y facilitar la profundización en este tipo de enseñanza en la Institución Educativa.

La provincia de Jaén está ubicada al norte del departamento de Cajamarca, entre los 5° 15" y los 6° 4" de latitud sur; y entre los 78° 33" y los 79° 38" de longitud occidental, su capital es la ciudad de Jaén. Limita al norte con la provincia de San Ignacio; al sureste y sur con la provincia de Cutervo; suroeste: provincias de Ferreñafe y Lambayeque, departamento de Lambayeque; este: provincias de Bagua y Utcubamba, departamento de Amazonas; y al oeste: provincias de Huancabamba, departamento de Piura. Tiene una extensión territorial de 5,232.57 Km. que representa el 15.4% del total departamental.

El profesor Ángel Moreno en su artículo publicado en la revista cultural educativa N° 01- 2003 "Jaén de Bracamoros describe la provincia de Jaén, como el gran espacio geográfico nororiental del Perú, la región de los Bracamoros, ubicada entre las cuencas del Huancabamba, Chinchipe y Marañón, habitada por nuestros antepasados hace más de mil años antes de Cristo.

El maestro Raúl Porras decía: “La patria es la tierra de nuestros padres y también de nuestros hijos, sobre ella ha crecido una historia a la que debemos ser fieles”.

Por esa fidelidad, aceptamos como indiscutible, que la fecha que le da identidad histórica a nuestro Jaén es el 4 de junio de 1821. Aquí nuestros antepasados proclaman la Independencia del yugo colonialista español y se decide la peruanidad de Jaén y su reconocimiento como provincia del Perú.

El Acta de la Independencia y la presencia del Diputado por Jaén don Alejandro Crespo en el primer Congreso Constituyente convocado por San Martín en 1822, fueron los instrumentos legales más valiosos que argumentó nuestra diplomacia para defender la soberanía del Perú sobre esta provincia, ante la comunidad internacional, en un litigio que duró más de siglo y medio y que hoy está felizmente superado.

Invocando el principio de “UTI POSSIDETIS”, Bolívar exige la restitución de Jaén y Maynas para la Gran Colombia y nos declara la guerra (1828-1829). Luego Ecuador (1830) pretendió lo mismo. Guayaquil por el mismo principio debería pertenecer al Perú; estuvo dentro del virreinato peruano, juró su independencia y se declaró bajo el Protectorado de San Martín. Sin embargo fue anexado por Bolívar a la Gran Colombia. Este principio tuvo una gran excepción, el único en la historia de los límites del Perú, esa excepción fue JAÉN, que por la 'LIBRE DETERMINACIÓN DE LOS PUEBLOS, se incorporó definitivamente al espacio nacional libre y soberano.

El gobierno de Jaén, cuyos territorios formaban parte del Virreinato del Perú desde 1542, fue incorporado al recién creado Virreinato de Santa Fe en 1717, junto con la Audiencia de Quito. Quedó sin embargo Jaén, dependiendo del obispado

peruano de Trujillo. Por los malos caminos y enormes distancias que tenían que salvar hasta Santa Fe de Bogotá (450 leguas), desde 1776 se iniciaron el trámite de varios expedientes para volver al virreinato peruano.

Lima quedaba a 225 leguas, La rica producción de esta zona: el famoso tabaco bracamoro, el oro fino del Chinchipe, la canela peruana (flores de ishpingo); para endulzar la chicha y el aguardiente se utilizaba la chancaca; la cascarilla o chinchona para curar la terciana o paludismo; se comercializaban a Zaña, Lambayeque o Trujillo.

El haber ganado San Martín el apoyo del Marqués de Torre Tagle, presidente de la Intendencia de Trujillo, y éste instruir a su Obispo y toda su diócesis la jura de la independencia en todas las provincias de su circunscripción, dieron como resultado la gran decisión histórica. Fue así que congregados el vecindario de la ciudad de Jaén y los principales de los demás pueblos de Colasay, Chirinos, San Ignacio y Tomependa, encabezados por el venerable cura Juan Francisco Garay, declararon. “PROCLAMADA LA PATRIA Y JURADA LA GLORIOSA INDEPENDENCIA”, nombrando como primer gobernador patriota a don Juan Antonio Checa. Todo esto fue puesto en conocimiento del General San Martín. El generalísimo respondió por intermedio de Bemardo Monteagudo, ofreciendo armas y veteranos de guerra.

La “Gaceta del Gobierno”, informa el 27 de noviembre de 1821, que el Gobierno de Jaén ha dado una prueba auténtica de patriotismo, enviando 450 reses para la manutención del Ejército Libertador.

Del Perú a la campaña final de la independencia americana fue gigantesco y empobreció y despobló a la zona norte del país, pues el centro y sur estaban en manos de los realistas.

Bolívar expidió un riguroso decreto el 26 de enero de 1824 que ordenaba el reclutamiento de los varones de 12 a 40 años, los que fueron incorporados a los batallones gran colombianos y muchos no regresaron porque murieron en los campos de Junín y Ayacucho, o se embarcaron en 1828 con las tropas de Bolívar devuelta a Colombia.

El aporte económico fue enorme. El 18 de febrero de 1824, Bolívar decretó una contribución general en los pueblos de la antigua Intendencia de Trujillo, para reunir 300 mil pesos para la Caja Militar y 100 mil pesos mensuales para los gastos del Ejército Libertador. El dinero de los cupos pagados por las municipalidades e impuesto sin contemplaciones, se unió al tesoro de las iglesias. Las tropas tenían que ser vestidas y equipadas.

Lambayeque y Piura enviaron calzado para la tropa; Huamachuco, vestidos y monturas; Trujillo, jabones, aceites, lienzos y tocuyos; Cajamarca, cordellate y bayetas para pantalones; Jaén, Chota y Chachapoyas, lana y cueros.

En marzo de 1824, hacían su ingreso a Cajamarca 113 reclutas jaeneses, al mando del sargento mayor Domingo Romero, y enviados por Checa, los que fueron enrolados en el Batallón 'Legión Peruana'.

El capitán Muñoz dejó la capital bracamorina el 6 de abril de 1824, conduciendo 90 caballos y 89 mulas por el itinerario de Querocotillo y Huambos. Eran los días en que el teniente coronel Juan Pablo Santa Cruz se encontraba en Jaén, dirigiendo la incautación de la plata labrada y joyas de las iglesias de todos los pueblos.

Al 27 de junio de 1824 Jaén había contribuido a la Caja Patriótica de Cajamarca con más de 6 mil pesos. Así pues, hombres, dinero, joyas, ganado,

acémilas, equipo y material de guerra peruanos, incluido de Jaén, dieron vida al Ejército de la Libertad y contribuyeron decisivamente a la victoria.

Todas las provincias antiguas que pertenecieron a la Intendencia de Trujillo y su obispado: Tumbes, Piura, Lambayeque, Cajamarca, Chachapoyas y Maynas alcanzaron categoría de departamentos menos JAEN, pese a que su caso es la única excepción en la demarcación limítrofe del Perú, pese a su rico historial y abundantes recursos. El Perú tiene una deuda pendiente con esta región bracamorina.

El gran maestro internacionalista Víctor Andrés Belaunde en su obra “Constitución Inicial del Perú Ante el Derecho Internacional”, escribe en su dedicatoria:

“A los naturales de Jaén, Tumbes y Maynas, peruanos por la tierra, por la sangre, por la historia y por su voluntad libre en la independencia, reiterada en toda nuestra vida republicana; hoy los defensores más celosos de la unidad nacional y la inviolable personalidad jurídica del Perú”<sup>1</sup>.

Las actividades económicas que destacan en la provincia de Jaén tenemos: la agricultura, de un total de 523,257 has. de superficie, de ellas el 26% están dedicadas a la agricultura, otro tanto 135,883 has. están cubiertas de pastos naturales y el 48% corresponde a bosque y montes, tierra eriza, y otros tipos. A su vez, de las 136,185 has. de tierra agrícola el 47% se mantiene en descanso y sólo el 10% cuenta con riego son dedicados al cultivo del arroz.

La producción ganadera, cuenta con los siguientes especies: vacunos 65,850; ovinos 17,150; porcinos 32,200; caprinos 15,050; equinos 17,880; aves

---

<sup>1</sup> Bibliografía: Historia de la Peruanidad de Jaén de Bracarroros (Waldemar Espinosa). Historia de Jaén de Bracamoros (Martín Cuesta). Historia de la República (Jorge Basadre).

282,850; y cuyes 291,800. La pesca en la provincia de Jaén se practica en pequeña escala, a nivel artesanal, destinada solamente al autoconsumo. La minería es limitada, por ello la extracción de oro, mediante el lavado de las arenas auríferas del río Chinchipe, se obtienen volúmenes poco significativos. También se explota la barita, que es material utilizado para la industria petrolera. Las minas de barita, se localizan en el distrito de San Felipe, piedra caliza, carbón de piedra, fierro, piedra imán, sal y yeso.

El desarrollo de la actividad industrial esta representada por la pequeña industria que es mínima, se encuentran algunos establecimientos de carpintería, confección de muebles y ropa, aserraderos, panaderías, trapiches para la elaboración de aguardiente de caña, piladoras de arroz y café.

El comercio está concentrado, sobre todo, en la ciudad de Jaén, que constituye el centro para el ingreso y para la salida de productos. En el comercio de salida tienen importancia el café, el ganado, el maíz amarillo duro y algunos frutales, cuyo mercado es principalmente la ciudad de Chiclayo. En el comercio de entrada son fundamentales algunos productos alimenticios como harinas, fideos, conservas, azúcar, ropa, artefactos eléctricos domésticos, motores, generadores, motobombas, máquinas, herramientas, repuestos; así como insumos para la agricultura, principalmente abonos y pesticidas químicos.

Transporte y comunicación. El transporte de Jaén, hasta 1944, se realizó a pie y en piaras de acémilas. A partir de ese año llegó a Jaén la carretera de Chiclayo y Olmos, esta carretera puso en contacto la ciudad de Cajamarca, Chiclayo, Jaén y San Ignacio. La provincia de Jaén cuenta con el “Aeropuerto de Shumba”, ubicado en las pampas del mismo nombre, al noreste de Jaén y al lado de la carretera Jaén – San Ignacio.

La población económicamente activa dedicada a los servicios a tenido un importante incremento, pasando de 9.6% del total de la PEA al 11.8%. Esto se explica por el incremento de los servicios, educativos de salud, financieros administrativos y otros. En cuanto a educación, la provincia de Jaén cuenta con un instituto superior pedagógico y varios particulares y un tecnológico superior que lleva el nombre “4 de junio”, una sede de la Universidad Nacional de Cajamarca (facultad de enfermería e ingeniería forestal y civil) y numerosos colegios de secundaria en todos los distritos. Respecto a salud, en la provincia se encuentran tres hospitales (dos en Jaén y uno en Bellavista), centros de salud en cada distrito y postas sanitarias en los caseríos más poblados. Los servicios financieros están representados por las sucursales de los bancos de Crédito, de la Nación, financieros, cooperativas y mutuales.

En nuestra provincia el ecoturismo es de vital importancia por que promueve la riqueza cultural y natural de nuestra localidad, permite sensibilizar la valoración y conservación de la diversidad ecológica, incentivar a mejorar la calidad de vida de la población y promover en los alumnos una profunda identidad con su medio natural y social y contribuir a su uso racional y sostenible. El Centro Ceremonial “Montegrando”. Museo Regional Hermógenes Mejía Solf (Montegrando); el Jardín Botánico; Baños termales “El Almendral”; Puente de Corral Quemado; Centro recreativo del Río Marañón; Cavernas de Pacuyacu (Distrito de Santa Rosa); Asentamiento arqueológico la Yunga, Tomependa (Santa Rosa); Las Pampas del Inca (distrito de San José del Alto), Pictografía de San Patricio (distrito de San José del Alto); Grabados de Gualatán y cataratas de Colasay, Pinturas Rupestres Colasay; El Turuco (Bellavista); Cataratas de Caparosa (en el distrito de Pucara); Inyatambo y Yerma (Pomahuaca); Rumipampa

y Huanchama (Colasay); Laguna del Páramo (entre Chontalí, Sallique y Pomahuaca); Catarata de Sondor (distrito de Pomahuaca) y la Estela de Agua Azul (distrito de Chontalí).

Cuando abordamos la enseñanza de los derechos humanos y democracia, existen conductas autoritarias que limitan la comunicación docente-alumno. Y, cuando se trata del manejo de estrategias metodológicas sobre los contenidos transversales sobre derechos humanos y democracia en el centro educativo, simplemente no existen. Ahora cuando se enjuicia la actitud de los padres de familia y la sociedad como actores sociales comprometidos con el tema de estudio, no se tiene en cuenta de que manera deberá ser su participación en dicho proceso. Lo que interesa es identificar el rol del docente y el grado de conocimiento y la posterior asimilación en los educandos respecto a la enseñanza transversal de los derechos humanos y democracia en la práctica pedagógica, obteniendo resultados deficientes dentro de la esfera de los agentes en el proceso de enseñanza aprendizaje.

## **1.2.- Evolución histórica del objeto de estudio.**

Hoy a pesar de que han transcurrido muchos siglos de civilización; en el actual contexto mundial de globalización se vive situaciones de marginación, con baja autoestima; también se enfrenta escenarios de retos, desafíos, exigencias que provocan estrés, depresión, preocupación, miedo, tensión, fracasos, enfermedades, angustia, ansiedad, disfunción sexual, neurosis, gordura, el incumplimiento de las metas, y las adicciones, entre otras. Por supuesto que estos elementos adquieren una connotación especial en determinadas condiciones económicas y sociales, sobre todo en la población de los países subdesarrollados



en el que se interrelacionan diferentes clases sociales, con diversos niveles culturales y diferentes estilos de vida.

La baja autoestima en el mundo, se debe a que en la época actual han aumentado las tensiones que intervienen en el dominio de las relaciones humanas debido al terrible progreso realizado por el hombre en el dominio del espacio, el átomo, la molécula y en el desarrollo de la ciencia y la técnica.

**En Europa** debido a la baja autoestima, se observa comúnmente seis tipos o categorías de comportamiento antisocial entre los que debemos diferenciar: Disrupción en las aulas, Problemas de disciplina (conflictos entre profesorado y alumnado), Maltrato entre compañeros («bullying»), Vandalismo y daños materiales, Violencia física (agresiones, extorsiones) y Acoso sexual.

Así mismo habría que apuntar dos fenómenos típicamente escolares que dan lugar a la baja autoestima: el primero es el ausentismo, que da lugar a importantes problemas de convivencia en muchos centros escolares; el segundo cabría bajo la denominación de fraude en educación o, si se prefiere, de «prácticas ilegales» (Moreno, 1992, pp. 198 y ss.), esto es, copiar en los exámenes, plagio de trabajos y de otras tareas, recomendaciones y tráfico de influencias para modificar las calificaciones de los alumnos, y una larga lista de irregularidades que, para una buena parte del alumnado, hacen del centro escolar una auténtica «escuela de pícaros»<sup>2</sup>.

**En España** es notorio el problema de la baja autoestima, donde se da la violencia brutal de maridos que parecen no haber sido pulidos mínimamente por la

---

<sup>2</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+EUROPA&meta=&aq=f&oq=>

civilización; los hijos y las madres asumen una indigna dependencia, sumisión, que enfrentan a la vida con inseguridad, con fuertes dudas acerca de sus capacidades y poco conscientes de su individualidad. (Zaldívar Pérez 2002 pág 61).

En España, el problema de la baja autoestima en las escuelas tiene raíces muy profundas. Está claro que los episodios de violencia son constantes, ya que las distintas manifestaciones de comportamiento antisocial en las escuelas ocurren con más frecuencia de lo que usualmente se piensa y que, puesto que la relación entre los agresores y las víctimas es necesariamente muy extensa en el tiempo y muy estrecha en el espacio.<sup>3</sup>

**En África** sin lugar a dudas, es significativo el problema de la baja autoestima de la población, ya que existen cifras importantes de niños sin padres deambulando por las calles. África surtió de esclavos durante siglos como para que el subconsciente colectivo e individual quedara marcado por un sentimiento abrumador de inferioridad y los hijos de los esclavos terminan con una baja autoestima, asumiendo una realidad de dependencia, desprecio, apatía, una gran dosis de fatalismo, el peso de lo irracional y las supersticiones, falta de seguridad y autoconfianza (Blantyre Malawi 1995 pág. 215).<sup>4</sup>

La sociedad occidental dominada por una mentalidad competitiva y elitista, pero pese a esto, muchos occidentales se quejan de sufrir una deficiente autovaloración, en la cultura occidental están excesivamente preocupados de elevarla destinan millones de dólares a aumentarla en alumnos de

---

<sup>3</sup> <http://roble.cnice.mecd.es/~fromero/violencia/intro.htm>

<sup>4</sup> <http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=PROBLEMA%20DE+LA+AUTOESTIMA+EN+AFRICA&meta=&aq=f&oq=>

colegios, los problemas de violencia en los colegios es rutinaria; el consumo de alcohol y la droga, en la sociedad occidental es casi normal, generando como consecuencia una débil formación de la persona con baja autoestima.<sup>5</sup>

**En América Latina** - En América Latina se puede observar un progresivo avance de pérdida de valores lo que trae consigo el consumo de drogas y alcohol, maternidad adolescente, delincuencia, pandillaje, etc. Y como consiguiente un debilitamiento de la autoestima.<sup>6</sup>

**En Venezuela** se observa que los estudiantes en el dictado de clases muestran conductas no apropiadas, actitudes agresivas hacia los profesores y sus compañeros, desmotivación hacia los estudios, bajo concepto de sí mismo y una visión negativa en las situaciones que se presentan, todo esto es causa de una baja autoestima, por otro lado las intervenciones en clase son escasas, existe dependencia hacia los estudiantes que presentan mejor índice académico.; todo esto manifiesta una baja autoestima. <sup>7</sup>

**En Guatemala** muchos niños tienen baja autoestima porque no tienen un ejemplo concreto a seguir dentro de su desarrollo de vida, muchos de estos niños son huérfanos o viven con personas que en lugar de motivarlos e incentivarlos a crecer como personas de bien, los opacan y hacen sentir de menos, muchos de estos niños viven cerca de los mercados en donde aprenden conductas inapropiadas de personas adultas o se sienten mal por que sus padres están separados, todo esto le crea conflictos, sentimientos

---

<sup>5</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+LA+SOCIEDAD+OCCIDENTAL&meta=&aq=f&oq=>

<sup>6</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+AMERICA+LATINA&meta=&aq=f&oq=>

<sup>7</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+VENEZUELA&meta=&aq=f&oq=>

de culpabilidad, conductas inapropiadas que son perjudiciales dejándoles marcas difíciles o un continuo dolor oculto en el inconsciente que influye en el desarrollo de su vida; muchas e las heridas emocionales les causan trastornos psicológicos, físicos como: cáncer, úlceras, hipertensión, trastornos cardiacos problemas en la piel, depresión, etc .(Edgar Lima Azurdia 2007 pág. 51) <sup>8</sup>

**En Colombia.** - En la actualidad dentro de las instituciones educativas de Colombia se ha detectado que existe un gran porcentaje de estudiantes que presentan síntomas de depresión y baja autoestima reflejándose en su rendimiento académico. Estas variables se presentan con conflictos dentro del hogar donde encontramos las siguientes variables:

No existe motivación por parte de las instituciones educativas

No existe comprensión por parte del profesorado

Padres viven fuera del país

La Familia no tiene una comunicación eficiente

La mayoría de los alumnos no pertenecen a la provincia donde estudian

Un menú deficiente dentro de la alimentación estudiantil.

Entre otras variables que afectan de manera directa a los estudiantes dentro de su rendimiento académico y su personalidad; afectando así su autoestima y autovaloración personal, cayendo en depresión afectando de manera negativa como el tener más fácil acceso a las adicciones como las drogas o el alcoholismo.

---

<sup>8</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+GUATEMALA&meta=&aq=f&oq=>

Por otro lado, las imágenes negativas difundidas sobre Colombia, como el narcotráfico, la violencia y pobreza, modifican la identidad étnica y dan lugar a una baja autoestima del colombiano dentro y fuera de su país. <sup>9</sup>

**En Bolivia**, según la encuesta Nacional de Demografía y Salud de 1994, de los 220.000 niños que nacen vivos cada año, el 10% son de madres adolescentes, optando por matrimonios a temprana edad o por la formación de facto de pareja como la única opción posible y visible; esto constituye uno de los puntos más bajos de su nivel de autoestima con repercusiones en su vida futura, como mujer y como madre. Así mismo una situación particular es la que enfrenta la mujer adolescente, en el marco de la discriminación de género y la desvalorización debido a que la sociedad ofrece menor oportunidad de participación y equidad en el trato con la mujer. Bolivia tiene muy elevado el problema, de la baja autoestima esto debido a la herencia que dejó el colonialismo en su país, la baja autoestima del boliviano, podría ser la imposición de cultura y de religión, basada en el sometimiento y el orden establecido, por los conquistadores; esta misma conquista continúa con los años, con las transnacionales, factores de poder e inclusive con sus mismos gobernantes.(María Gabriela González E. [www.bolivia-es.com](http://www.bolivia-es.com)). <sup>10</sup>

**En Argentina**, deserción escolar, consumo de drogas y alcohol, maternidad adolescente, delincuencia se encuentre en incremento debido a la pobreza de la población (Navarro 2005, 11). <sup>11</sup>

---

<sup>9</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+COLOMBIA&meta=&aq=f&oq=>

<sup>10</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+BOLIVIA&meta=&aq=f&oq=>

<sup>11</sup> amfoschiatti@hum.unne.edu.ar

Así mismo, en el año 2003, el número de suicidios fue de una población de 3 311 personas, 818 adolescentes mueren por suicidio y esto con tendencia a un incremento debido a la pérdida de la seguridad en sí mismo y de la baja autoestima ya que los suicidios pueden haberse dado como el resultado de haberlo pensado en forma prolongada, con premeditación y reflexivamente u otras veces, ocurre como una reacción rápida, impulsiva, como un “corto-circuito”, en un agudo marco emocional, sin poderlo sopesar serenamente, y se realiza en un momento de disminución del grado de conciencia, frecuentemente inducida y/o facilitada por acción del alcohol o las drogas, pero principalmente por una débil autoestima.<sup>12</sup>

**En Chile**, indica que la autoestima de los estudiantes está muy relacionada con las posibilidades de éxito en la vida privada y profesional. Estudios exploratorios en el ISP de Pinar del Río demuestran estas teorías, aunque las muestras aún son insuficientes. En una escala de 1 a 10 se midió la autoestima a 250 sujetos en su papel de estudiantes determinando que los niveles de autoestima son deficientes. De igual forma se midió la autoestima de 10 profesionales de reconocido prestigio y la mayoría tenían la autoestima baja.<sup>13</sup>

**En el Perú**, existe un contexto multicultural, donde no se propicia el fortalecimiento de la autoestima, de su propia identidad cultural, el respeto y la comprensión de las culturas distintas. Es sorprendente observar, como para muchas familias peruanas, educar es sinónimo de corregir y quizás por ello, en diferentes ocasiones presentan un cuadro de conductas,

---

<sup>12</sup> [www.alcmeon.com.ar](http://www.alcmeon.com.ar) alcmeon@gmail.com

<sup>13</sup> REVISTA LÍMITE N° 11, 2004 p.p 82 - 95

pautas, experiencias y modelos desfavorables para el crecimiento de una autoestima positiva con sus hijos. Se les trata como si carecieran de dignidad y valor, se destruye su espiritualidad de espontaneidad y libertad, no se les deja el poder de tomar decisiones en cosas importantes para ellos, no se les da suficientes oportunidades para que sean responsables, acrecientan sentimientos de inseguridad y rebeldía, temen sus sentimientos de independencia y autocontrol y además se les obliga a obedecer la voluntad de los mayores.

Existe un amplio sector de la población con una baja autoestima, producto de un desajuste simultáneo de tipo psicológico y socio - cultural, cuyos efectos recién estamos empezando a advertir. El hombre peruano está perdiendo o ha perdido la capacidad de valorar, y con ella su humanidad. En el actual agotamiento de valores tradicionales, los peruanos sienten temor ante la perspectiva de lo que podría llegar a ser de ellos. El estudiante peruano, no percibe ni y valora su persona y lo complejo que es la construcción de esa “patria chica” llamada comunidad y que ve en ella la voluntad y la posibilidad espacial y temporal de forjar un destino histórico común, que necesita su aporte, esto como consecuencia de una baja autoestima.

En el Perú se vive una cultura de racismo; el problema es que los mismos prejuicios y actitudes racistas suelen aparecer entre mestizos, indígenas y negros, muchas veces sumados al énfasis innecesario en el lugar de procedencia, la diferencia de educación, de medios económicos, trabajo o de apellido. En el fondo, aparece un fuerte problema de baja autoestima:

quienes no se sienten bien consigo mismos, necesitan encontrar a alguien frente al cual puedan sentirse superiores.

De esta forma, lamentablemente, el racismo en el Perú sigue siendo una ideología victoriosa: ha sido interiorizado por las víctimas, convencidas desde hace siglos de su inferioridad. Como por ejemplo ser rechazado por sus rasgos andinos, hasta que opta por negar su propia piel para pretender asumir otra identidad; todo esto como producto de una baja autoestima.<sup>14</sup>

El racismo es uno de los mayores problemas en el Perú. Sin embargo, no se puede luchar contra el racismo, sin que los peruanos podamos tener una autoestima equilibrada; ello implica aceptarnos y querernos a nosotros mismos.<sup>15</sup>

### **1.3.- CARACTERÍSTICAS Y MANIFESTACIONES DEL PROBLEMA**

Los hechos descritos, no son ajenos a la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, donde se aprecian una serie de problemas en el campo afectivo de los alumnos y docentes que viven ahí, generando una crisis de valores, por la falta de una buena autoestima, lo que implica un crecimiento negativo del proceso de desarrollo personal y en sus actividades significativas.

El ambiente escolar en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, experimenta una serie de problemas en relación al campo afectivo y desarrollo emocional, donde los padres de familia no saben qué hacer y muchos docentes también, existe mucha inseguridad para hacer las cosas, los medios de comunicación y el ambiente social en que se vive, presenta situaciones tan violentas que conlleva a una crisis de valores y por consecuencia una mala imagen de nuestra autoestima que afecta nuestro desarrollo personal y los aprendizajes

---

<sup>14</sup> [www.aprodeh.org.pe](http://www.aprodeh.org.pe) y el blog [reflexionesperuanas.blogspot.com](http://reflexionesperuanas.blogspot.com)

<sup>15</sup> [www.lainsignia.org](http://www.lainsignia.org)



significativos, así mismo un gran porcentaje de estudiantes provienen de hogares desintegrados con un alto índice de violencia familiar y baja autoestima.

Precisamente, estos problemas se observan en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén; donde se refleja una baja autoestima en los estudiantes con relación al campo afectivo y desarrollo emocional, siendo poco conscientes de su labor profesional que les toca desempeñar, manifestando en su actuar la falta de apoyo en la formación integral de los estudiantes. En los alumnos se observan conductas agresivas físicas y verbales, quienes provienen de hogares desintegrados con problemas matrimoniales y donde la falta de preocupación de los padres, la escasa conciencia de la función que tienen en la formación educativa de sus hijos, ocasionan dificultades que traen como consecuencia una baja autoestima, ocasionando un problema derivado de bajo aprendizaje de sus hijos.

Estos acontecimientos nos hacen reflexionar ¿Qué hacer para cambiar esta situación?

El Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, no se puede formar estudiantes autónomos, autosuficientes y seguros de sí mismo capaces de tomar decisiones, que se acepte así mismo, que encuentre su propia identidad, que sean auténticos, que sepan auto orientarse, por múltiples factores limitantes en la autoestima de los niños.

En las instituciones educativas de la provincia de Jaén en general y en especial en la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, los factores que influyen en la autoestima de los niños son diversos, así tenemos:

La población caracterizada por una economía crítica, desocupación laboral de los padres, con un nivel cultural muy bajo que conviven en un pueblo muy rudimentario con carencia de servicios básicos como el desagüe. En este sentido

la sociedad donde se desarrollan puede dar lugar a patrones específicos lo cual explicaría la diversidad de comportamientos que tienen los niños pertenecientes a esta clase social donde los padres de familia son eminentemente agricultores para consumo propio, muchos de ellos desocupados o peones, algunos con adicción al alcohol que viven en uno o dos cuartos como máximo de adobe y calamina y un corral para los animales dentro de este contexto, los niños son criados y formados con las relaciones entre padres y miembros de la familia. La escuela también cumple un papel importante en desarrollo del niño.

Los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, se caracterizan por lo siguiente: Son afectuosos con sus padres y la profesora, les gusta la compañía de sus hermanos que le colaboran en sus tareas domésticas voluntariamente; pero también se les escapan malas respuestas y provocan discusiones tontas especialmente con sus hermanos y compañeros, los niños se socializan con sus compañeros de forma individual o grupal en la escuela, adoptan posturas de convivencia social en el aula, en su clase aprenden a sentirse uno más que otro, a ocuparse de los otros, a seguir las normas dadas colectivamente. Con el paso del tiempo va formando grupos de amiguitos con sus favoritos. Tiene amistad ingenua con las profesoras a quien lo cuentan todo; a su vez el niño se forma en un mar de conflictos hogareños y en medio de un ambiente de indudable inseguridad. La figura paterna es casi ausente y solo le produce temor; la figura materna es de mucha importancia para su desarrollo, le da apoyo afectivo pero, le transmite su ansiedad, inseguridad, nerviosismo, en su dolidada actitud frente a su futuro, la familia llega a ser un modelo prototipo de la conducta, de esta manera, la relación jerárquica, alimentada en el machismo y aprendida en la familia, las costumbres, tradiciones hábitos de comportamiento y

de higiene, alimentación, las normas de crianza del niño, el lenguaje, los valores y el acervo cultural permiten que se aprenda en el marco de las interacciones entre padres e hijos; todo este panorama trae como consecuencia una baja autoestima en los estudiantes de la del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

Los niños del nivel primaria de esta institución educativa de Morro Solar generalmente muestran inseguridad, dependencia en sus actividades básicas, ideas, opiniones, elecciones de trabajo y resolución de problemas y actúan con dependencia en la ejecución de sus actividades básicas de alimentación, orden, disciplina y cumplimiento de las normas de convivencia, estos niños para expresar sus sentimientos y emociones son introvertidos y tímidos, en algunos casos muestran sumisión, no defienden sus derechos o se callan, expresan sentimientos de egocentrismo, demostrando indecisión y miedo, así como actitudes de irritabilidad.

Como colofón a esta presentación de la realidad problemática, podemos decir que el presente trabajo de investigación se justifica porque busca diseñar y aplicar un estrategias vivenciales para elevar el nivel de Autoestima de los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, partiendo del conocimiento previo de las características del nivel de autoestima en que se encuentran.

También enriquecerá nuestro aprendizaje porque vamos a conocer de una forma generalizada los elementos que puedan originar sentimientos de inferioridad, así como el sentirse amados y queridos, aceptados y satisfechos de lo que hacemos y somos como personas. Al respecto Daniel Goleman, manifiesta que el hombre es el 80% de emociones y un 20% de inteligencia cognitiva. Por esta razón

el estudio cobra importancia en el sentido que no siempre el mejor alumno, es decir con coeficiente intelectual convencional alto logra tener un buen desempeño en su vida laboral y social, y sí lo son aquellos que logran tener equilibrio emocional. Por lo tanto se debe de potenciar la autoestima en los estudiantes desde muy pequeños, valorándose a sí mismos hasta que puedan lograr el desarrollo de sus capacidades así como el logro de metas en su vida. Y, por supuesto, la misma manera de los docentes quienes somos los que orientamos y formamos a estos estudiantes (GOLEMAN 1996).

En conclusión, podemos afirmar que los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, en la mayoría de los casos presenta una autoestima deficiente por los que suelen manifestar algunos de los siguientes síntomas:

- Auto crítica rigorista, tendente a crear un estado habitual de insatisfacción.
- Hipersensibilidad a la crítica, que le hace sentirse fácilmente atacada y experimentar resentimientos permanentes contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no tanto por falta de información sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo excesivo de complacer, no se atreve a decir no por temor a degradar y perder la benevolencia del peticionario.
- Perfeccionismo y autoexigencia de hacer perfectamente, sin fallo, casi todo cuanto intenta lo cual puede llevarle a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica, se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y

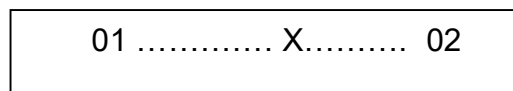
delitos y/o lamenta indefinidamente sin llegar a perdonarse por completo.

- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel que le hace estallar fácilmente por cosas de poca importancia.
- Actitud súper crítica, casi todo lo siente mal, le disgusta, le decepciona, le deja insatisfecho.
- Tendencias depresivas, tiende a verlo todo negro, su vida, su futuro y sobre todo, su sí mismo y es proclive a sentir una inapetencia generalizada de gozo de vivir o reír de la misma.

#### **1.4 Metodología de la investigación**

El presente trabajo corresponde al enfoque cualitativo - cuantitativo, es una investigación de tipo cuasi experimental.

El diseño es con un grupo, se aplicó una guía de observación a los 28 estudiantes que conforman la muestra de estudio, se aplicó el día 07 de mayo del 2017.



Donde:

01: Guía de pre observación a estudiantes de la sección “A”

X: Estrategia metodológicas vivenciales para elevar el nivel de autoestima.

02.- Guía de post observación a los estudiantes de la sección “A”

La población como unidad de análisis está constituida por los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, en este caso conformado por cinco secciones; A, B, C, D y E, que tiene un total de 140 estudiantes.

La muestra se determinó aleatoriamente y corresponde solamente a los niños y niñas del III ciclo sección “A” del nivel primario de la Institución Educativa Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, en este caso conformado por 28 estudiantes, determinado como grupo único.

Las técnicas que se utilizaron para este trabajo de investigación fueron:

- a. **Técnica de gabinete:** Se utilizó la de Fichaje, para extraer información de las diferentes fuentes bibliográficas y dentro de ellas tenemos libros, documentos especializados, etc.
- b. **Técnicas de campo:** Se recurrió a la observación, pretest y posttest.
  - **Observación,** para el diseño y aplicación de la propuesta, se desarrolló una Guía de observación, se observó a los niños y niñas del III ciclo de la institución educativa Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén; todas y cada una de las dimensiones e indicadores planteados tanto en la variable independiente como la dependiente.
- c. **Guía de observación,** En las instalaciones de la institución educativa Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, se aplicó la guía de observación a los 28 estudiantes que conforman el grupo experimental
- d. **Técnicas de Procesamiento de Datos:** El análisis e interpretación de los datos estadísticos se hizo a través de Cuadros estadísticos.<sup>16</sup>

El primer paso de este proceso de investigación consistió en el diagnóstico que se realizó, mediante la observación a los profesores y estudiantes de la

---

<sup>16</sup> MENDOZA GUTIÉRREZ, F y otro. (1998). Estadística para ciencias de la educación: 115

Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén el Pretest que se aplicó tanto al grupo de control como al experimental, el 07 de Abril del año 2017, cuyos resultados permitieron elaborar la propuesta, la cual al ser propuesta lograra cambios extraordinarios en los estudiantes.

La investigación se desarrolló en la institución educativa Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén

Tomando como referencia los resultados del pre test aplicado a los estudiantes, se pudo constatar que el nivel de autoestima es deficiente, ya que los estudiantes muestran inseguridad, dependencia en sus actividades básicas, ideas, opiniones, elecciones de trabajo y resolución de problemas y actúan con dependencia en la ejecución de sus actividades básicas de alimentación, orden, disciplina y cumplimiento de las normas de convivencia, son introvertidos y tímidos, muestran sumisión, no defienden sus derechos y se callan, expresan sentimientos de egocentrismo, demostrando indecisión y miedo, así como actitudes de irritabilidad.

**a). En cuanto a los métodos utilizados en la Investigación:**

Durante el proceso de la investigación se utilizaron varios métodos, pero se tuvo en cuenta los siguientes: Para aspectos específicos, tales como el método histórico, en la contextualización y evolución histórica de la problemática, en el marco teórico, así como en la aplicación de las diferentes actividades de la Propuesta; el método lógico, en todo el desarrollo del estudio investigativo; el inductivo – deductivo, en la aplicación de los instrumentos, así como en el análisis e interpretación de resultados; el de modelación, en el modelo teórico de la propuesta; y el enfoque sistémico estructural – funcional, en todo el proceso de la investigación; en síntesis todos fueron de gran utilidad en el estudio de fuentes





impresas de información y en el procesamiento de los fundamentos científicos y de los criterios de los autores consultados. Los procedimientos lógicos del pensamiento: análisis y síntesis inducción y deducción, abstracción, se emplearon durante toda la investigación; así mismo se utilizó el método mixto (A-S-A), asignación de tareas, resolución de problemas, entre otros.<sup>17</sup>

En tal sentido, el método seguido consistió, primero en identificar la realidad problemática que estuvo relacionado al bajo nivel de autoestima mostrado por los estudiantes de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, expresado en la inseguridad, la actuación con dependencia en la ejecución de sus actividades básicas, la sumisión, los sentimientos de egocentrismo, la indecisión y miedo, así como las actitudes de irritabilidad.

A partir de la interpretación de la realidad problemática se elaboró las estrategias vivenciales, para elevar el nivel de autoestima de los estudiantes.

#### **b) Procedimientos:**

Se desarrollaron los siguientes momentos en el proceso de investigación:

-  Se pidió la autorización respectiva al director de la I.E a fin de poder tener las facilidades del caso con la disposición del tiempo para el experimento respectivo con los estudiantes.
-  Se aplicó la observación a las profesoras del nivel primaria de la I.E.
-  Una vez determinada la muestra, se procedió a la aplicación del pretest, tanto al grupo experimental como el grupo control único.
-  Se convocó a reunión de padres de familia de los estudiantes del primer grado de primaria, para orientarlos y motivarlos y poder desarrollar el taller de “sensibilización a padres de familia”.

---

<sup>17</sup> CUADROS PAZ, L. y otro: (1999). Métodos básicos de la investigación: 81



📖 Posteriormente se elaboró las estrategias vivenciales, para elevar el nivel de autoestima de los estudiantes, al grupo experimental.

📖 Para el análisis e interpretación de los datos se utilizaron cuadros, estadísticos, así como teorías científicas, para su explicación, que permitió interpretar los resultados y llegar a las conclusiones del trabajo de investigación.

## **CAPITULO II**

### **2.0 MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 La autoestima**

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros mayores (padres, maestros), compañeros, amigos, etcétera y las experiencias que vamos adquiriendo.<sup>18</sup>

Según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de mí mismo, potenciara la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

En Psicología, la autoestima, también llamada amor propio o autoapreciación, es la percepción emocional profunda que las personas tienen de sí mismas. La percepción emocional puede fácilmente llegar a sobrepasar en sus causas a la racionalización y la lógica del individuo. Por ello, tener una buena autoestima implica ser conscientes de las virtudes y defectos propios (autoconcepto) así como de lo que los demás realmente dicen de uno (heteroconcepto) y sienten hacia uno (heteroestima), aceptando todo ello en su justa medida, sin amplificarlo ni reducirlo, sabiendo y afirmando que en cualquier caso uno es valioso y digno. Implica, por lo

---

<sup>18</sup> PEÑA Y LILLO, Claudia (2003). Taller de Autoestima. La Florida -Santiago – Chile. Paulinas. Págs. 22-26.

tanto, el respeto hacia uno mismo y consecuentemente hacia los demás. La autoestima es el requisito indispensable para las relaciones interpersonales sanas<sup>19</sup>

### **2.1.1 Baja Autoestima**

La baja autoestima se configura cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicosomáticos.

La autoestima es importante porque es nuestra manera de percibirnos y valorarnos como así también moldea nuestras vidas. Una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de ésta, que la alientan o la denigran.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de éstos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y la existencia se reduce a la de un ser casi sin ser. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

---

<sup>19</sup> <http://es.wikipedia.org/wiki/Autoestima>

La persona, va creciendo y formando su personalidad dentro del ambiente familiar, que es el principal factor que influye en la formación de la misma, ya que le incorpora a ésta los valores, reglas y costumbres que a veces suelen ser contraproducentes. Algunos de los aspectos ya mencionados son incorporados, a la familia, por medio del "modelo" que la sociedad nos presenta, y éste es asimilado por todos los grupos sociales. Pero, la personalidad de cada uno, no sólo se forma a través de la familia, sino también, con lo que ésta cree que los demás piensan de ella y con lo que piensa de sí misma, al salir de este ambiente y relacionarse con personas de otro grupo diferente.<sup>20</sup>

### **2.1.2 La Familia y la Autoestima**

La autoestima, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar en el que estemos y los estímulos que este nos brinda.

En la violencia familiar las víctimas y los victimarios poseen muy baja autoestima, ya que por un lado, la víctima es alguien al que maltratan sin que ésta pueda poner límites y no se da cuenta de que está siendo abusada. Por otro lado, los victimarios compensan lo inferior que se sienten, maltratando y abusando, en este caso, de un familiar.

Muchas de las heridas emocionales que tiene una persona, producidas en su niñez pueden causarnos trastornos psicológicos emocionales y físicos (cáncer, úlceras, hipertensión, trastornos cardíacos y alimentarios, problemas en la piel, depresiones, etc.), produciendo dificultades en la vida de las mismas (conflictos serios en el trabajo, disminución de la energía y de la capacidad creativa, relaciones

---

<sup>20</sup> Francés, Mayfarth, "Human Beings I Have Known", Adventures in Human Relations. (Boletín para la educación de la infancia), Washington, D.C: The Association, 1948. Pág. N° 9

matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, poco entendimiento con las hijas e hijos).

Existen padres, madres, docentes o cuidadores que humillan, desprecian, no prestan atención, se burlan o se ríen del niño/a cuando pide ayuda, siente dolor, tiene un pequeño accidente, necesita que lo defiendan, expresan miedo, piden compañía, se aferra buscando protección, tiene vergüenza, etc. Estas actitudes se completan con otras totalmente opuesta, demostrándole al niño que es "querido y bonito" creándole una gran confusión. Pero estas muestras de cariño son aparentes, adjudicándole un rotulo a su identidad, que trae como consecuencia un peso negativo en formación y en el desarrollo de sus capacidades.<sup>21</sup>

### **2.1.3. Como elevar la autoestima herida en la infancia**

Podemos ir reemplazando las viejas ideas que construimos por otras. Repetir estas afirmaciones con frecuencia es manera de comunicarnos con nosotros mismos, de ayudarnos a adquirir seguridad y tener presentes nuestros derechos:

- a. Realizo mis elecciones y acciones con responsabilidad y sin temor.
- b. Solo yo decido el modo como utilizo mi tiempo, pongo límites a quienes no respetan esto, hago acuerdos para combinar mi tiempo con el de otros sin someterme.
- c. Me aplico a mi trabajo con responsabilidad pero, si algo no va bien, no es porque yo sea un fracaso sino que todavía tengo que aprender más.
- d. Me hago responsable del modo cómo trato a los demás y evito repetir lo que a mí me hizo sufrir.
- e. Tengo confianza en poder resolverlo mejor posible cualquier situación.

---

<sup>21</sup> Voli Ferrari, Franco, 1996, Autoestima Para Padres, Editorial San Pablo, España. Pág. 79

- f. Aprendo a comunicar mis sentimientos y respeto los de otros.
- g. Cambio mis opiniones sin temor si me doy cuenta que no eran correctas.
- h. Soy una persona valiosa, capaz, creativa y estoy abierta para cambiar todos los aspectos de mi vida.

Si una persona tiende a valorarse de esta manera se transforma el guía de su propia vida y está protegida de sentir culpas irracionales, de creerse incapaz, mala o inútil, de tener que complacer para ser aceptada.<sup>22</sup>

#### **2.1.4. La Escuela y la autoestima**

Es fundamental que los padres y maestros o docentes en quienes los padres confíen, sean capaces de transmitir valores claros. Es muy importante que se les enseñe a los niños, el significado de esos valores. Los maestros deben conocer el ambiente y aceptarlo si quieren ayudar a los niños a que vean estos dentro del mismo. En todos los ambientes el niño tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Podemos decir que los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo. Su comprensión o la ausencia de la misma, pueden favorecer o hacer la personalidad que se desarrolla y está en vías de manifestarse. Es por esto que el educador tiene mucha responsabilidad en este tema tan importante o en esta cuestión del tiempo necesario para que uno se encuentre a sí mismo. También es necesario saber que la mente de cada niño está llena de imágenes. Estas imágenes son de tres dimensiones. En primer lugar, se relaciona con la imagen que tiene de sí mismo. Puede imaginarse a sí mismo como

---

<sup>22</sup> Roche Olivos, Robert. "Psicología y educación para la pro-socialidad" Red Federal De Formación Docente Continua Para La República Argentina. Edición 1997 Bs. As.

una persona que puede llegar a triunfar. Por el contrario, el niño puede tener la impresión de ser una persona de poco valor, con escasa capacidad y pocas posibilidades de lograr éxitos en algún área de su actividad.<sup>23</sup>

El segundo grupo de imágenes se vincula con la opinión que el niño tiene de sí mismo en relación con otras personas. Puede considerar que sus valores, sus actitudes, su hogar, sus padres, el color de su piel o su religión, son la causa de que se lo mire con temor, desconfianza y disgusto, o que se lo trate con interés. La imagen que cada niño tiene de sí mismo se forma a través del reflejo de las opiniones de los demás.

El tercer juego de imágenes se vincula con la imagen de sí mismo, tal como desearía que fuera. Si la distancia entre estas dos imágenes, como se ve realmente y la imagen idealizada, no es grande, de modo que a medida que crece y madura pueda alcanzar la asimilación de estas dos imágenes, se puede decir que se acepta a sí mismo como persona.

Por todo lo mencionado es muy importante que la escuela del niño ayude al mismo a descubrir y aprender a ser las personas que siempre quisieron ser, respetándole sus tiempos, sus conflictos y sus confusiones.<sup>24</sup>

Para ser un buen educador...

- a) Saber que la escuela puede mejorar o degradar a la gente que está en ella.
- b) Estar dispuesto a complementar las nuevas informaciones con los viejos conocimientos.

---

<sup>23</sup> <http://www.monografias.com/trabajos16/autoestima/autoestima.shtml>

<sup>24</sup> Bruscia, KE. Defining Music Therapy, NH: Barcelona Publishers, 1998 ,Pág. 324.

- c) Debe ajustar las oportunidades de aprendizaje a cada niño, de modo que pueda progresar a su propio ritmo de velocidad.
- d) Debe tener la capacidad e incluir el desarrollo de habilidades intelectuales junto con el estímulo para que el niño se acepte a sí mismo.
- e) Tiene que saber cómo crear un ambiente, para encontrar oportunidades dentro del mismo, donde cada niño pueda sentirse importante.
- f) Debe reconocer los puntos fuertes de cada niño: debe tener en claro que las decisiones de los niños pueden ser vencidas a través de sus fortalezas.
- g) Tener conciencia de los sentimientos y de las imágenes que los niños tienen en su mente cuando van a la escuela.
- h) Comprender que algunas veces los niños sólo se desarrollan mediante la aprobación, ya que la crítica debe esperar hasta que el niño sea suficientemente fuerte para aceptarla.
- i) Aceptar la conducta que no sea adecuada comprendiendo que los seres inestables se rigen en la conducta agresiva cuando las presiones son demasiado grandes.
- j) Transmitir a los niños su fe en ellos, es decir, que sus alumnos sean personas dignas de estima y respeto. <sup>(6)</sup>

#### **2.1.5. Buena Autoestima**

No se habla de una alta autoestima, sino del narcisismo o de una buena autoestima. El narcisismo es el amor excesivo hacia uno mismo o de algo hecho por uno mismo, por eso se dice que una persona es narcisista, cuando está enamorado de sí mismo, es decir de lo que piensa, de lo que hace, de cómo es, de cómo se viste, etc., pero no del propio ser, sino de la imagen del yo.



En relación al narcisismo hay que tener en cuenta dos elementos, uno la imagen, que es como se ve exteriormente la persona y la otra es el amor, que es el amor excesivo de la persona, hacia sí mismo. La representación del narcisismo en el niño son simplemente las palabras e imágenes que les transmitieron sus padres, por eso se dice que los padres tienden a atribuirle al niño todas las afecciones y se niegan o se olvidan todos sus supuestos defectos.

Alguien con una buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, no actúa como si "pidiera perdón por existir", no cree que está molestando o haciendo perder el tiempo a otros, se da cuenta de que los demás tienen sus propios problemas en lugar de echarse la culpa "por ocasionar molestias". <sup>25</sup>

#### **2.1.6. Características de la autoestima positiva**

Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aun cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.

Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirme culpable cuando a otros le parece mal lo que haya hecho.

No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.

Tiene confianza por su capacidad para dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.

---

<sup>25</sup> Shibutani, Tomotsu. "Psicología social y psicología paidós" Editorial Paidós. Diciembre de 1971 Bs. As.. Pág. N° 401

Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.

No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.

Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.

Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etc.

Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.<sup>26</sup>

#### **2.1.8. Importancia de la autoestima**

Los sentimientos que tenemos hacia nosotros mismos influyen en cómo vivimos nuestras vidas. Las personas que sienten que se les quiere y aprecia (en otras palabras, las personas que tienen la autoestima alta) tienen mejores relaciones sociales. Son más proclives a pedir ayuda y apoyo a los amigos y la familia cuando la necesiten. Las personas que creen que pueden alcanzar sus

---

<sup>26</sup> Gillham L., Heber. "Cómo ayudar a los niños a aceptarse sí mismos y a aceptar a los demás" Editorial Paidós Educador. 3ª Edición 1991.

objetivos y solucionar problemas tienden a rendir más en los estudios. Tener una buena autoestima te permite aceptarte a ti mismo y vivir la vida de forma plena.<sup>27</sup>

### **2.1.7. Componentes de la autoestima**

Los componentes que le dan una visión a la autoestima de nuestros hijos son los Sentidos de: Seguridad, Autoconcepto, Pertenencia, Motivación y Competencia<sup>28</sup>

**A.- SEGURIDAD.** Es el presupuesto básico de la autoestima, factor de motivación.

Se deriva del reconocimiento, del éxito, de la libertad, de la apreciación, de la pertenencia, del auto-concepto, de la aceptación.

Un entorno de cariño, aceptación y comprensión desde la primera infancia permite al niño atreverse a seguir sus impulsos naturales de desarrollo y le da una seguridad basada en sus propias experiencias y en el refuerzo de sus padres.

Cuando un niño no se siente aceptado, comprendido y querido, en la medida suficiente y de una forma incondicional, se encontrará cohibido en cualquier expresión de su desarrollo, tanto físico como mental. Su sentido de seguridad en sí mismo se verá profundamente afectado.

El niño necesita de unas normas claras de conducta para que sepa lo que se espera de él como parte del sistema familiar y social al cual pertenece. Normas básicas de convivencia que se aplican a todos los componentes de la

---

<sup>27</sup> Garma, A. y Elexpuru I, 1999, El autoconcepto en el aula: *Recursos para el profesorado*. Barcelona: Edebé. España

<sup>28</sup> <http://www.aulafacil.com/cursoautoestima/Temario.htm>

familia y el cumplimiento de las cuales son responsables todos, padres e hijos.

29

Una contradicción de mensajes le quita al niño seguridad y capacidad de acceder a un comportamiento natural. Los padres tienen que ponerse de acuerdo sobre la normativa familiar e informar a los hijos las reglas y lo que se espera de ellos.

El niño necesita poder tener confianza en sus padres y no estar sujeto a sobresaltos o cambios bruscos de humor o de actitudes dentro de la familia. El niño necesita la seguridad de saber a qué atenerse con respecto a lo que puede o no puede hacer, con el fin de desarrollar su sentido de responsabilidad.

#### Características del niño sin suficiente seguridad

- 📖 Timidez excesiva
- 📖 Dificultad de separarse de personas o situaciones que le amparan y arropan
- 📖 Nerviosismo exteriorizado, comerse las uñas, chuparse el dedo, jugar con los rizos de pelo, temblor, llanto
- 📖 Estrés, como mojar la cama, dolores de estómago o de cabeza, sudor excesivo, irritación, nerviosismo
- 📖 Resentimiento contra la autoridad por abusos sufridos, utiliza el victimismo para sentirse aliviado: él no es el responsable, es el entorno o los demás
- 📖 Desorientación, no sabe lo que se espera de él, confundido
- 📖 Considera que no hay justicia hacia él y hacia cualquier cosa que haga

---

<sup>29</sup> [http://kidshealth.org/teen/en\\_espanol/mente/self\\_esteem\\_esp.html](http://kidshealth.org/teen/en_espanol/mente/self_esteem_esp.html)

- 📖 Se resiste a probar nuevas experiencias, se le ha castigado por cualquier iniciativa que tomara que decide no hacer nada para no ser castigado
- 📖 Dificultad en aceptar cambios, entran en crisis, se asustan
- 📖 Dificultad en mantener contacto con los ojos o a tener contacto físico con los demás, recuerdan el miedo que les representaba mirar a sus padres o tampoco han recibido la experiencia de recibir abrazos o afecto
- 📖 Rechaza las órdenes que se le den, porque reconoce riesgo o esfuerzo que considera excesivo desde su seguridad
- 📖 No acepta el concepto de gratificación retrasada, pierde confianza en su capacidad de logro <sup>30</sup>

**B.- AUTOCONCEPTO O SENTIDO DE IDENTIDAD.** - Se refiere a la imagen que el niño se forma de sí mismo, o dicho de otra forma, a las asociaciones metales que adquiere el niño cuando se refiere a sí mismo. Estas asociaciones derivan en gran parte de la forma en que el niño ha sido tratado en el pasado. Sus reacciones emocionales y sus conclusiones sobre sí mismo dependen de su interpretación de sus vivencias y de sus situaciones desde la primera infancia. Desde los primeros años, el niño pone las bases de sus estrategias vivenciales que le acompañarán posiblemente durante toda su vida. Los padres, con su actuación hacia sus hijos, son la primera motivación importante de cómo estas estrategias se van formando y reforzando. El niño, frente a la actuación de sus

---

<sup>30</sup> Voli Ferrari, Franco, 1996, Autoestima Para Padres, Editorial San Pablo, España.

padres construye un sistema de comportamiento, de defensa y supervivencia, que le permite superar el sufrimiento o la incomodidad de las situaciones negativas a las que tenga que enfrentarse.

Si el niño ha sido tratado con afecto y como alguien importante, si se le ha respetado, si se le ha ayudado a darse cuenta de sus habilidades y si los padres le han dedicado la necesaria atención, su auto-concepto será básicamente positivo. Se sentirá importante en el ámbito familiar y escolar primero y en la vida después, y sus estrategias vivenciales se fundarán sobre estas bases. Una suficiente autoestima constituye una especie de vacuna contra el impacto de las adversidades. Habrá momentos altos y bajos en nuestra vida, pero estaremos siempre en disposición de asumir los altos y desactivar los bajos, cuando sea necesario.

El niño que ha sido considerado como una persona en crecimiento y aprendizaje, en lugar de una persona en potencia, que hay que formar desde el punto de vista de los padres, tenderá a tener un auto-concepto positivo.

El niño que no ha tenido esa oportunidad tenderá a basar su auto-concepto en la opinión de los demás durante toda su vida, y tendrá mucha dificultad para aceptarse a sí mismo como es y a mejorar de forma constante sin presiones externas. Su vida y su crecimiento dependerán de su decisión de atreverse a mejorar.<sup>31</sup>

**C. SENTIDO DE PERTENENCIA.** - Es el sentimiento de aceptación por parte de los demás. El principal y más importante núcleo de configuración de este sentido es la familia. Si se sienten aceptados y queridos en casa, los niños adquieren mucha más facilidad para socializar e integrarse a otros grupos.

---

<sup>31</sup> F.I.S., *Factores de riesgo, protección y resiliencia*, 1997, Fundación de Investigaciones Sociales, México

Los padres tienen en sus manos la clave para facilitar la futura vida de relación de sus hijos. Un ambiente familiar donde se comparte, se participa, se juega y se trabaja juntos, refuerza el sentido de la familia como grupo. Los niños se dan cuenta de que participar significa compartir lo bueno y lo menos bueno y que ésta es la base para la aceptación en cualquier contexto.

Un buen instrumento de cohesión y apoyo puede ser el nombrar cada semana durante un día a uno de los miembros de la familia como foco central. Esto consiste en que cada uno se dirija a la persona con términos halagadores, se le reserve la mayor deferencia y se puede llegar a delegar el liderazgo familiar (sugerir que se va a comer, a qué juegos jugar juntos, que temas de conversación, etc.).

En un ambiente de este tipo, los niños aprenden a ser parte activa, a compartir, a apoyar, a contemplar sus deseos con el interés del grupo y a seguir las reglas o normas del grupo.<sup>32</sup>

**D. SENTIDO DE MOTIVACIÓN Y FINALIDAD.** Impulsa a las personas a actuar de una determinada forma y a proponerse unos objetivos específicos, efectivos, concretos y alcanzables.

La persona con autoestima sabe lo que quiere conseguir y averigua cómo hacerlo a corto, medio y largo plazo. Sus energías se dirigen a tareas específicas y se sienten satisfechas cuando han conseguido lo que se proponen.

---

<sup>32</sup> Polaina, Aquilino, <http://www.fluvium.org/textos/documentacion/fam200.htm>

La falta de un sentido de dirección y finalidad resta motivación para realizar un verdadero esfuerzo para la consecución de objetivos, ya que no se produce el necesario convencimiento y voluntad de éxito.

Los padres pueden motivar a sus hijos a la acción desde la confianza que le demuestra su capacidad y buena voluntad. Las expectativas que un padre tiene para cada uno de sus hijos varían la percepción que él tenga de cada uno de ellos. A veces estas expectativas responden sólo a sus deseos y a sus preconcepciones y no tienen respuestas por parte de los niños.<sup>33</sup>

A menudo, estas expectativas son el reflejo de frustraciones paternas de su niñez. Los padres traspasan a sus hijos los deseos que tuvieron de niños. Un exceso de expectativas, puede desbordar al niño y dañar su autoestima si no consigue cumplir con los requerimientos de los padres.

Una situación de este tipo puede dejarle frustrado y con un sentido de insuficiencia altamente negativo. También puede darse el caso que las expectativas del padre sobre un niño causen celos en sus hermanos y dañen la autoestima de estos.

Está muy bien que un padre tenga los mejores deseos de éxitos para los hijos, pero estos son los que tienen que motivarse a actuar desde su propia iniciativa, creatividad, esfuerzo, interés propio de formación y éxito personal y no porque los padres se lo pidan o lo esperen de él.

Un gran esfuerzo para la consecución de los objetivos que un niño se propone es la fe que tengan sus padres en su capacidad de alcanzarlos.

---

<sup>33</sup> Campaña, Eduardo y Muñoz, Mirtha, 2003; Varón y Mujer Los creó; CLAI, 2003, San José, Costa Rica.



La confianza que se le demuestra al niño, real e interior, de que puede y está capacitado actúa como una motivación al éxito y le ayuda en la mayoría de las ocasiones y contextos, a superarse a sí mismo y a sus condicionamientos.<sup>34</sup>

### **Características Del Niño Con Escaso Sentido De Finalidad Y Motivación.**

- a) Muestra falta de iniciativa. Su mecanismo le lleva a seguir la corriente para evitar riesgos.
- b) Parece a menudo aburrido ya que no ve ni busca alternativas o soluciones.
- c) No se pone objetivos de actuación ni de resultados.
- d) Pregunta: ¿Para qué sirve todo esto si no me interesa?
- e) Se siente inútil y sin capacidad; busca atención con llantos o quejas para sentirse cómodo.
- f) Raramente lleva a cabo, de forma satisfactoria, su trabajo en casa, en la escuela.
- g) Siente que no es capaz y que por lo tanto no vale la pena intentarlo.
- h) Tiene dificultad para tomar sus propias decisiones. Si no hay una motivación suficiente no merece la pena tomar decisiones, todo vale.
- i) No se preocupa por la calidad del trabajo que hace.

---

<sup>34</sup> F.I.S., **Factores de riesgo, protección y resiliencia, 1997**, Fundación de Investigaciones Sociales, México.

j) No asume sus responsabilidades y tiende a achacar sus fracasos a los demás o a las circunstancias.<sup>35</sup>

k) Es reactivo en lugar de proactivo. Su mecanismo le ha llevado a no tomar iniciativas que puedan causarle dificultades.<sup>36</sup>

**E. SENTIDO DE COMPETENCIA PERSONAL.** - Es la convicción de que se está lo suficientemente capacitado y preparado para poder hacer frente a cualquier situación que se nos presente, aunque sea imprevista. Es la convicción de que, aunque no se conozcan todas las respuestas, uno puede buscarlas y encontrarlas. Es una <<sensación de poder>> que se consigue de los propios conocimientos y experiencias positivas.

El niño adquiere este sentimiento de poder cuando aprende a resolver él solo el mayor número de problemas y conflictos que se le presenten. Es la consecuencia de tomar decisiones que le lleven a resultados satisfactorios, de averiguar dónde encontrar los recursos que necesita, de aprender a utilizarlos, de cómo conseguir las necesarias informaciones y de cómo hacer buen uso de ellas.

Hay que tener cuidado de no proteger demasiado a los niños en situaciones conflictivas. Hay que animarlos a enfrentarse a riesgos razonables y a superarse a sí mismos. De los padres depende muy a menudo que los niños consigan hacerse independientes lo antes posible.

Un camino desafortunado muy usual es el de no preocuparse o no tomar interés en lo que hace el niño y abandonarlo a su propia iniciativa; otro es el de

---

<sup>35</sup> Garma, A. y Elexpuru I, 1999, El autoconcepto en el aula: Recursos para el profesorado. Barcelona: Edebé.España

<sup>36</sup> Gaja Jaumeandreu, Raimon, 2004, Bienestar, Autoestima y Felicidad , Editorial Norma, Colombia

sobre protegerlo demasiado, sin hacerlo sentir el necesario afecto, apoyo moral, reconocimiento y feedback que le permitan enfrentarse a posibles errores como parte del aprendizaje en lugar de considerarlos como fracasos.

Una gran parte de los niños, los más débiles, renuncian y pierden interés. Otros los más dotados, llegan a motivarse, aunque desarrollen un sistema de supervivencia desde la separación y la renuncia a la colaboración y apoyo de los demás.

Un tercer camino, igualmente negativo, es el de pretender de los niños objetivos y tareas que desbordan su capacidad. A menudo los padres que tienen estas exigencias ni siquiera están disponibles para ayudar a sus hijos en el cumplimiento de estos objetivos.

Hay un camino que permite el pleno desarrollo de la competencia, seguridad, motivación, y auto-concepto del niño. También en este caso hay varios caminos para los padres. Uno es el alentarle haciéndole ver que está capacitado para aprender y actuar de la forma correcta si se lo propone. Le apoyan, le dan retro-alimentación y le animan.

El niño se siente capaz e independiente, pero sabe que, si pide apoyo de sus padres, ellos están dispuestos a ayudarlo en cualquier momento que se lo pida.

Aprender a pedir es otro factor de crecimiento. Es necesario saber decir no, si pensamos que es lo mejor para el niño. Si se da el caso, hay que hacerlo de forma abierta y alegar razones concretas con un diálogo para que él lo comprenda. Así el niño comprueba el apoyo y confianza en él y en sus capacidades por parte de los padres.

Una vez que el niño haya terminado la tarea, es importante comprobar que está terminada y bien, y reconocer el esfuerzo, la buena voluntad y la habilidad demostradas; siempre hay algún detalle en el que poder centrarse para hacer este esfuerzo más efectivo.

Como consecuencia el niño se sentirá orgulloso por el trabajo bien hecho.

**Reconocerá el valor de terminar una tarea. Todo esto le causará:**

- 🗑 Un auto-concepto más positivo.
- 🗑 Motivación para ponerse nuevos objetivos ya que se ha dado cuenta de que está en condición de enfrentarse y solucionar problemas.
- 🗑 La capacidad de reconocer y utilizar los medios y recursos a disposición, de una forma más efectiva.
- 🗑 Tener una nueva prueba de que tiene el apoyo moral y la confianza de los padres cuando los necesite.
- 🗑 Una mayor seguridad en sí mismo como persona y como miembro del grupo al que pertenece.
- 🗑 Un buen desarrollo de su sentido de competencia personal y se sentirá motivado a volver a empezar cada día el proceso, sin miedo de fallar. Ya que ha sido capaz de resolver un problema, fallar en una segunda ocasión no sería tan amenazador para su propio auto-concepto y menos todavía en lo sucesivo. <sup>37</sup>

**2.1.8. Cómo se forma la autoestima**

El concepto de uno mismo va desarrollándose poco a poco a lo largo de la vida, cada etapa aporta en mayor o menor grado, experiencias y sentimientos, que

---

<sup>37</sup> Gaja Jaumeandreu, Raimon, 2004, *Bienestar, Autoestima y Felicidad*, Editorial Norma, Colombia

darán como resultado una sensación general de valía e incapacidad. En la infancia descubrimos que somos niños o niñas, que tenemos manos, piernas, cabeza y otras partes de nuestro cuerpo. También descubrimos que somos seres distintos de los demás y que hay personas que nos aceptan y personas que nos rechazan. A partir de esas experiencias tempranas de aceptación y rechazo de los demás es cuando comenzamos a generar una idea sobre lo que valemos y por lo que valemos o dejamos de valer. El niño gordito desde pequeño puede ser de mayor un adulto feliz o un adulto infeliz, la dicha final tiene mucho que ver con la actitud que demostraron los demás hacia su exceso de peso desde la infancia.

Durante la adolescencia, una de las fases más críticas en el desarrollo de la autoestima, el joven necesita forjarse una identidad firme y conocer a fondo sus posibilidades como individuo; también precisa apoyo social por parte de otros cuyos valores coincidan con los propios, así como hacerse valioso para avanzar con confianza hacia el futuro. Es la época en la que el muchacho pasa de la dependencia de las personas a las que ama (la familia) a la independencia, a confiar en sus propios recursos. Si durante la infancia ha desarrollado una fuerte autoestima, le será relativamente fácil superar la crisis y alcanzar la madurez. Si se siente poco valioso corre el peligro de buscar la seguridad que le falta por caminos aparentemente fáciles y gratificantes, pero a la larga destructivos como la drogadicción.<sup>38</sup>

## **2.2. Técnicas vivenciales**

Este tipo de técnicas parte del supuesto de "aprender haciendo" de la pedagogía activa. Se apoya en el aspecto lúdico del aprendizaje. Así lo reseña

---

<sup>38</sup> <http://www.psicologiaonline.com/autoayuda/autoestima/autosuperacion.shtml>

Acevedo: "El juego es una necesidad permanente en la vida del hombre, tenga la edad que tenga".

La estructura del juego es de las pocas acciones humanas que reducen su finalidad a su simple ocurrir. Las técnicas vivenciales tienen un fuerte ingrediente lúdico, la premisa es que a través del juego el docente propone a los alumnos abordar los contenidos y generar aprendizajes, con actividades donde los alumnos tienen libertad de actuación, de creación, involucrando no nada más la vista y el oído, sino el olfato, el tacto y su imaginación.

Las técnicas vivenciales son entonces el conjunto de actividades que el maestro estructura para que el alumno construya el conocimiento, lo transforme, lo problematice, y lo evalúe; además de participar junto con el alumno en la recuperación de su propio proceso. De este modo las técnicas vivenciales ocupan un lugar medular en el proceso de enseñanza aprendizaje, son las actividades que el docente planea y realiza para facilitar la construcción del conocimiento.<sup>39</sup>

Estas técnicas, parten de la práctica, es decir lo que sabe, vive y siente el niño, de situaciones y problemas que enfrenta en su vida siendo el educando el que plantee los conocimientos a desarrollar. Luego desarrollar la teoría sobre esa práctica como: un proceso sistemático, progresivo, ordenado y rítmico de los participantes que permitan descubrir y profundizar elementos teóricos de acuerdo al nivel de avance de cada grupo. Finalmente el proceso de teorización siempre regresar a la práctica para transformarla, mejorarla y resolverla, es decir: regresa con nuevos elementos que permitan que el conocimiento inicial, las situación de la cual partimos; nos permitan explicar y entender integralmente y científicamente los contenidos.

---

<sup>39</sup> [http://educar.jalisco.gob.mx/12/12Ana\\_A.html](http://educar.jalisco.gob.mx/12/12Ana_A.html)

### **2.2.1 Tipos de Técnicas vivenciales**

- A. **ANIMACIÓN:** el objetivo es el caldeamiento del grupo, romper el hielo. Presentación de los participantes de un grupo, todos los integrantes se ven involucrados.
- B. **DIVISIÓN DE GRUPOS:** el objetivo es trabajar en pequeños grupos divididos al azar, para luego compartir las experiencias en plenario. se da cuando los grupos son muy grandes y se quiere que interactúen todos.
- C. **COMUNICACIÓN:** el objetivo es el encuentro y reencuentro con el otro; allí se pretende la reflexión sobre los propios modelos comunicativos.
- D. **DE ANÁLISIS:** el objetivo es proponer elementos reales o simbólicos que permitan reflexionar sobre algunos temas o situaciones de la vida cotidiana.
- E. **DE CONSTRUCCIÓN:** son aquellas que nos llevan a través de objetivos parciales simbólicos, generalmente individuales a realizar un proceso temporal y sucesivo de distintas etapas que conducen a una síntesis conceptual o reflexiva sobre el tema.
- F. **DINÁMICAS DE GRUPO.:** tiene por objeto que haya una participación de forma vivencial de experiencias reales y verídicas, con argumentos lógicos, el grupo trabaja dinámica y activamente. La participación del profesor consiste, entre otras cosas, capitalizar los análisis para llegar a conclusiones concretas y útiles.
- G. **LLUVIAS DE IDEAS:** este sistema facilita que los participantes desarrollen su creatividad en la solución de problemas y toma de decisiones en un ambiente de libertad y flexibilidad, pueden crearse más soluciones y

proposiciones, puede perderse el control del grupo y hay pérdida de tiempo.<sup>40</sup>

- H. SESIONES DE RETRO-INFORMACIÓN: permite que el alumno aprenda a observar y evaluar su propio proceso de interacción social y pueda aplicar estrategias de mejora continua, se requiere de un instrumento de evaluación individual y grupal que permita señalar los aciertos y errores que permitan corregir o incrementar el aprendizaje.
- I. ESTUDIOS DE CASOS CLÍNICOS: Esta es una mezcla de técnicas expositivas y vivenciales de carácter interdisciplinario que permiten retro-alimentarse.<sup>41</sup>
- J. TÉCNICAS O JUEGOS PAUTADOS: Preparados para pequeños grupos (no más de 10 personas), Se reúnen alrededor de una matriz construida para tal fin. Deben responder preguntas sobre un tema que llevan a avanzar o retroceder; al final un grupo gana. Se usan en actividades que no van a requerir un proceso grupal en el tiempo y sí necesitan acordar ideas.
- K). PHILIPS 66: Los objetivos: permitir y promover la participación de todos los integrantes del grupo; obtener las opiniones de todos los miembros del grupo en un tiempo corto; desarrollar la capacidad de síntesis y concentración.

Consiste en que grupos de seis personas discuten un tema o asunto en seis minutos exactamente; el tema de discusión es igual para todos los grupos.

El moderador debe: dar las instrucciones generales sobre la técnica; anunciar y marcar el tiempo disponible; esclarecer dudas; llegar a una conclusión final con la participación de todos los integrantes del grupo; dirigir los debates que se

---

<sup>40</sup> LIZARRAGA F, Jesús, Esquiche B, Manuel, campos T. Saúl. (2006). Aprendizaje significativo y estrategias de metodología activa. Arequipa-Perú. U.C.Sta.María. Pág. 37-82

<sup>41</sup> Acevedo, M. Ejercicio de dinámica de grupo. (1980) México. Ed. Noriega. Pág. 168



originen. Estas actividades permiten igualmente desarrollar la responsabilidad, la autonomía y el trabajo cooperativo.<sup>42</sup>

### **2.3. La teoría de los seis pilares de la autoestima: Nathaniel Branden**

La teoría de Nathaniel Branden (1998), quien ha realizado diversos trabajos de psicoterapias a personas para ayudarles a fomentar su eficacia personal y su respeto de sí mismo; conocedor e investigador de la Autoestima tiene un producto de prácticas que se generan en dos factores: internos y externos. Los factores internos están creados por el individuo (ideas o creencias, prácticas o conductas); y los factores externos referidos al entorno, los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, las personas significativas para nosotros, las organizaciones y la cultura. La autoestima como una necesidad humana fundamental, su efecto no requiere ni nuestra comprensión con o sin nuestro conocimiento, que funciona a su manera en nuestro interior<sup>43</sup>.

Como la autoestima es una consecuencia, un producto de prácticas que generan interiormente, no podemos trabajar directamente sobre la autoestima, ni sobre la nuestra ni sobre la de nadie. Es necesaria la práctica de los seis pilares para estimular la Autoestima en nosotros mismos, en la escuela y en los puestos de trabajo creando un clima que apoye y refuerce las prácticas que la fortalecen, siendo cruciales y fundamentales que forman parte integral de la vida en las personas.

Todas estas prácticas se parecen mucho a un código moral, las virtudes que nos exige la autoestima son también las que nos pide la vida; y con la práctica de

---

<sup>42</sup><http://dinamicasgrupales.blogspot.com/2009/01/tipos-de-tnicas-1-tnicas-vivenciales.html>

<sup>43</sup> Los comentarios que se exponen en seguida tienen como fuentes principales los libros de Nathaniel Branden Los seis pilares de la autoestima, y Psicología de la autoestima.

estos seis pilares de la autoestima, lograremos una mejor disposición y voluntad de vivir en armonía, siempre conscientes de que necesitamos voluntad, perseverancia y valor para afirmar el amor a nuestra vida, que sintetiza nuestra autorrealización personal. Cuando estas seis prácticas se hallan ausentes, la autoestima se ve perjudicada necesariamente.

Podemos resumir que la autoestima es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida.

Es necesario reconocer, que la autoestima y la estima determinan un papel importante en la vida de las personas. Los éxitos y los fracasos, la satisfacción de uno mismo, el bienestar psíquico y el conjunto de relaciones sociales llevan su sello. Tener una autoestima y estima positivas es de la mayor importancia para la vida personal, profesional y social. La autoestima favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el que interpreta la realidad externa y las propias experiencias, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación y contribuye a la salud y al equilibrio psíquico del desarrollo personal.

La autoestima implica sentirse bien con uno mismo. Esto significa darse a sí mismo:

- 1) Aceptación: Identifique y acepte sus cualidades y defectos.
- 2) Ayuda: Planee objetivos realistas.
- 3) Tiempo: Saque tiempo regularmente para estar solo/a con sus pensamientos y sentimientos. Aprenda a disfrutar de su propia compañía.

- 4) Credibilidad: Preste atención a sus pensamientos y sentimientos. Haga aquello que le hace sentir feliz y satisfecho/a.
- 5) Ánimos: Tome una actitud "puedo hacerlo".
- 6) Respeto: No trate de ser alguien más. Esté orgulloso de ser quien es.
- 7) Aprecio: Prémiese por sus logros, los pequeños y los grandes. Recuerde que sus experiencias son únicamente suyas. Disfrútelas!
- 8) Amor: Aprenda a querer a la persona tan única que es usted Acepte sus éxitos y fallos. <sup>44</sup>

El concepto del Yo y de la autoestima se desarrolla gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas de progresiva complejidad. Cada etapa aporta impresiones, sentimientos e incluso, complicados razonamientos sobre el Yo. El resultado es un sentimiento generalizado de valía o de incapacidad. En general, las experiencias positivas y relaciones plenas ayudan a aumentar la autoestima, las experiencias negativas y las relaciones problemáticas hacen que éstas disminuyan.

#### **Una autoestima elevada facilita:**

Enriquecer su vida: Tener gente feliz a su alrededor es una cosa apreciada. Siendo feliz podrá encontrar más amigos. Sintiéndose mejor consigo mismo y siendo más abierto, establecerá relaciones más estrechas.

Aceptar los retos: Cuando usted tiene una autoestima alta no tendrá miedo de desarrollar sus habilidades. Querrá arriesgarse y probar cosas nuevas.

#### **Una baja autoestima implica:**

Falta de confianza en sí mismo

Bajo rendimiento

---

<sup>44</sup> JEAN R., Felpan. (2005). Autoestima para niños. - Primera edición. Lima-Perú. Orvis VENTURES SAC..Pág. 7-14.

Visión distorsionada de uno mismo y de los demás

Una vida personal infeliz

La autoestima es esencial para la supervivencia psicológica. Donde la psicología es la ciencia natural que estudia todo lo que pertenece a la naturaleza del hombre, considerando dos aspectos: el biológico y el espiritual (cuerpo y alma), que constituyen una unidad e interactúan constantemente en la experiencia personal.

Hay algo en cada persona que nos hace ser diferentes unos de otros y tiene su peculiar forma de actuar y de sentir, a esto se le denomina "personalidad".

En psicología, se utiliza el término personalidad para hacer referencia a los procesos del comportamiento humano, entre los cuales está el aprendizaje. Que incluye un conjunto de fenómenos que se polarizan alrededor de diferencias individuales: estabilidad de esas diferencias, principio de acción (la persona es activa por naturaleza), comportamientos y procesos referidos a uno mismo (autoconcepto, autoestima, autorregulación), interacción con los demás, etc. Es decir, la personalidad se refiere a las cualidades diferenciales relativamente estables, del comportamiento de un sujeto en interacción con el ambiente (físico, social y cultural).<sup>45</sup>

Por lo tanto, el desarrollo de la personalidad de manera integral se propone la madurez del individuo en todos los aspectos de la vida: en lo físico - biológico, lo cognoscitivo o intelectual, la personalidad, lo social, etc. que están íntimamente relacionados entre sí.

---

<sup>45</sup> AUSUBEL P. David, NOVAK D. Joseph, HANESIAN, Helen. (1993) Psicología Educativa (sexta Edición). México. Trillas. Pág. 137-239.

Los objetivos de la educación deben de ir más allá de la mera instrucción en las materias académicas e incluir el desarrollo en sentido general del ser humano.

46

### **3.3 Los síes pilares de la autoestima**

#### **2.3.1 La práctica de vivir conscientemente**

Percibimos la consciencia como la suprema manifestación de la vida. Cuanto más elevada sea la forma de consciencia, más avanzada será la forma de vida. Subiendo en la escala evolutiva desde el momento en que aparece la consciencia por primera vez en la tierra, cada forma de vida tiene una forma de consciencia, más avanzada que la forma de vida del peldaño inferior.

En nuestra propia especie llevamos más lejos este mismo principio: identificamos una mayor madurez con una visión más amplia, una mayor consciencia y un conocimiento superior.

La conciencia es importante porque para todas las especies que la poseen, la conciencia es el instrumento básico de supervivencia – la capacidad de ser consciente del entorno de alguna manera, a algún nivel, y de orientar la acción en consonancia. El término consciencia en su significado primario: el estado de ser consciente de algún aspecto de la realidad. También se habla de la consciencia como de una facultad, el atributo de ser capaz de ser consciente. Ala forma de consciencia típicamente humana, con su capacidad de formación de conceptos y de pensamiento abstracto, le damos el nombre de mente.

Somos seres para quienes la consciencia (a nivel conceptual) es volitiva. Esto significa que el diseño de nuestra naturaleza contiene una opción extraordinaria: la

---

<sup>46</sup><http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=TEOR%C3%8CA+DE+LOS+SEIS+PILARES+DE+LA+AUTOESTIMA%2C+de+NATHANIEL+BRANDEN&meta=&aq=f&oq=>

de buscar la consciencia o de no hacerlo (o evitarlo activamente), la de buscar la verdad o de no hacerlo (o evitarlo activamente), la de enfocar nuestra mente o de no hacerlo (u optar por defender a un nivel de consciencia inferior). En otras palabras, tenemos la opción de ejercitar nuestras facultades o de subvertir nuestros medios de supervivencia y de bienestar. Es la capacidad de dirigirnos por nosotros mismos en nuestra bendición y, en ocasiones, nuestra carga.

Si no aportamos un adecuado nivel de consciencia a nuestras actividades, si no vivimos de manera consciente, el precio inevitable es un mermado sentido de eficacia personal y de respeto de uno mismo. No podemos sentirnos competentes y valiosos si conducimos nuestra vida en estado de confusión mental. Nuestra mente es nuestro instrumento básico de supervivencia. Si se traiciona esta, se resiente la autoestima. La forma más simple de esta traición es la evasión de los hechos que nos causan perplejidad.

### **2.3.2 La práctica de aceptarse así mismo**

La autoestima es imposible sin aceptación de sí mismo. De hecho, está tan estrechamente vinculada a la autoestima que en ocasiones las ideas se confunden. Pero tienen un significado diferente, y hay que comprender lo específico de cada una.

Mientras que la autoestima es algo que experimentamos, la aceptación de sí mismo es algo que hacemos.

Formulado de manera negativa, la aceptación de mí mismo es mi negativa a permanecer en una relación de confrontación conmigo mismo.

### **2.3.3. La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo**

Para Sentirme competente de vivir y digno de la felicidad, necesito experimentar una sensación de control sobre mi vida. Esto exige estar dispuesto a

asumir la responsabilidad de mis actos y del logro de mis metas. Lo cual significa que asumo la responsabilidad de mi vida y bienestar.

La responsabilidad de uno mismo es esencial para la autoestima, y es también un reflejo o manifestación de la autoestima. La relación entre la autoestima y sus pilares es siempre recíproca. Las prácticas que generan autoestima son también expresión natural y consecuencia de la autoestima.

#### **2.3.4 La práctica de autoafirmación**

La autoafirmación significa respetar mis deseos, necesidades y valores y buscar su forma de expresión adecuada en la realidad.

Su opuesto es la entrega a la timidez consistente en confinarse a mí mismo a un perpetuo segundo plano en el que todo lo que yo soy permanece oculto o frustrado para evitar el enfrentamiento con alguien cuyos valores son diferentes de los míos, o para complacer, aplacar o manipular a alguien, o simplemente para “estar en buena relación con alguien”.

La autoafirmación significa la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas.

Ejercer la autoafirmación es vivir de forma auténtica, hablar y actuar desde mis convicciones y sentimientos más íntimos una forma de vida, una regla (admitiendo el hecho obvio de que puede haber circunstancias particulares en las que está justificado que decida no hacerlo, por ejemplo, cuando me enfrento a un atacante).

#### **2.3.5 La práctica de vivir con propósito**

Vivir con propósito es utilizar nuestras facultades para la consecución de las metas que hemos elegido: la meta de estudiar, de crear una nueva familia, ganarnos la vida, de empezar un negocio nuevo, de introducir un producto nuevo

en el mercado, de resolver un problema científico. Son nuestras metas las que nos impulsan, las que nos exigen aplicar nuestras facultades, las que vigorizan nuestra vida.

Vivir con propósito es entre otras cosas, vivir productivamente, una exigencia de nuestra capacidad para afrontar la vida. La productividad es el acto de conservación de la vida plasmando nuestras ideas en la realidad, fijando nuestras metas actuando para conseguirlas, el acto de dar vida a los conocimientos, bienes o servicios.

La gente tiene más facilidad de comprender estas ideas en su aplicación al trabajo que en las relaciones personales. Esta puede ser la razón de que más gente busque el éxito en su vida laboral que en su matrimonio.

La práctica de vivir con propósito supone las siguientes cuestiones básicas:

Asumir la responsabilidad de la formulación de nuestras metas y propósitos de manera consciente.

Interesarse por identificar las acciones necesarias para conseguir nuestras metas.

Controlar la conducta para verificar que concuerda con nuestras metas.

Prestar atención al resultado de nuestros actos, para averiguar si conducen a donde queremos llegar.

### **2.3.6 La práctica de la integridad personal**

La integridad consiste en la integración de ideales, convicciones, normas, creencias, por una parte, y la conducta, por otra. Cuando nuestra conducta es congruente con nuestros valores declarados, cuando concuerdan los ideales y la práctica, tenemos integridad.



Repárese en que antes de que pueda siquiera plantearse la cuestión de la integridad necesitamos principios de conducta – convicciones morales sobre lo apropiado y lo no apropiado -, juicios sobre las acciones correctas e incorrectas. Si no tenemos aún normas, estamos en un nivel de desarrollo demasiado bajo incluso para ser acusados de hipocresía. En este caso, nuestros problemas son demasiado graves como para ser definidos meramente como una falta de integridad. La cuestión de la integridad sólo se plantea para quienes tienen normas y valores, es decir, por supuesto, para la gran mayoría de seres humanos.

Cuando nos comportamos de una forma que entra en conflicto con nuestro criterio acerca de lo que es adecuado, se nos cae el alma a los pies. Nos respetamos menos. Si esta conducta se vuelve habitual, confiamos menos en nosotros mismos o dejamos de confiar por completo.

No es que perdamos el derecho a practicar la aceptación de nosotros mismos en el sentido básico antes examinado; hemos señalado que la aceptación de uno mismo es una condición previa del cambio o la mejora. Pero la autoestima se resiente necesariamente. Cuando una quiebra de la integridad hiere la autoestima lo único que puede curarlo es la práctica de la integridad. <sup>47</sup>

En conclusión, esta teoría es gran utilidad en el desarrollo del presente trabajo de investigación, ya que nos sirve para analizar el mundo y nuestro interior desde el punto de vista de la asertividad, y para darnos cuenta del efecto positivo que ésta tiene en nuestras vidas, ya que provoca que nos sintamos cómodos con nuestro fuero interno y aumenten nuestras probabilidades de sentirnos felices, en consecuencia, de elevar el nivel de nuestra autoestima.

---

<sup>47</sup> BRANDEN, Nathaniel, (1995) Seis Pilares de la Autoestima, Buenos Aires- Argentina: Edit. Ibérica S.A. Pág. 186-190.

### CAPÍTULO III

#### 3.0 ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LOS DATOS

##### 3.1. Análisis e interpretación de los resultados de la guía de pre observación aplicado a los de los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

**TABLA N.º 01 Sobre las relaciones entre compañeros en el aula**

ITEMS	BUENA		REGULAR		MALA		TOTAL	
	fi	%	Fi	%	fi	%	Fi	%
Confianza en sí mismo	05	17.9	07	25.0	16	57.1	28	100
Rendimiento Escolar	02	07.1	08	28.6	18	64.3	28	100
Visión de uno mismo y de los demás	04	14.3	09	32.1	15	53.6	28	100
Vida personal	03	10.7	08	28.6	17	60.7	28	100
Practica de valores	02	07.1	06	21.4	20	71.4	28	100

Fuente: Guía de pre observación aplicada el 07 de mayo del 2017- Javier Mori.

Los resultados de la observación diagnóstica, nos confirman la real situación del nivel de autoestima en los niños y niñas, el 57.1% de los estudiantes sobre confianza en sí mismo están el nivel de mala, el 25.0% en el nivel de regular y un 17.9 en el nivel de buena; con relación al rendimiento escolar el 64.3% están el nivel de mala, el 28.6 en el nivel de regula y el 07.1 en buena, en visión de uno mismo y de los demás el 53.6% están en el nivel de mala, el 32.1 en regular y el 14.3% en buena, referente a la vida personal, el 60.7% están en nivel de mala, el 28.6% en regular y 10.7% en buena, referente a la práctica de valores el 71.4% están en el nivel de mala, y el 21.4 de regular y 07.1 en buena.

En consecuencia, no se está cumpliendo con la práctica de la integridad personal, de la teoría de los Seis Pilares de la Autoestima de Nathaniel Branden, la misma que considera a la integridad como la integración de ideales, convicciones, normas, creencias, por una parte, y la conducta, por otra. Cuando nuestra conducta

es congruente con nuestros valores declarados, cuando concuerdan los ideales y la práctica, entonces si tenemos integridad.

**TABLA N.º 02 Actitud frente a tareas y obligaciones**

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Actitud de compromiso,	02	07.1	08	28.6	18	64.3	28	100
Es optimista en los trabajos.	04	14.3	06	21.4	18	64.3	28	100
Se esfuerza y es constante	03	10.7	06	21.4	19	67.8	28	100
Se angustia en exceso frente a los problemas.	20	71.4	06	21.4	02	07.1	28	100
Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades.	03	10.7	07	25.0	18	64.3	28	100
Cuando se equivoca es capaz de reconocerlo	03	10.7	04	14.3	21	75.0	28	100
Su actitud es creativa. .	02	07.1	06	21.4	21	75.0	28	100
Es capaz de trabajar en grupo.	02	07.1	04	14.3	22	82.1	28	100

Fuente: Guía de pre observación aplicada el 07 de mayo del 2017- Javier Mori

Actitud a que asume frente a las tareas y obligaciones, asume una actitud de compromiso, el 64.3% sostiene que nunca, el 28.6% dicen que a veces asumen, el 07.1% dicen que siempre asume una actitud de compromiso. Es optimista en relación a sus posibilidades en los trabajos, el 64.3% dicen que nunca, el 21.4% que a veces, el 13.4% que siempre lo son. Se esfuerza y es constante, el 67.8% dicen que nunca se esfuerza, el 21.4% que a veces y el 10.7% sostienen que siempre. Se angustia en exceso frente a los problemas, el 71.4% dicen que siempre se angustian, el 21.4% dicen que a veces y el 07.1% dicen que nunca se angustian. Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades, el 64.3% dicen que nunca lo perciben, el 25.0% sostienen que a veces y el 10.7% dicen que siempre. Cuando se equivoca es capaz de reconocerlo, el 75.0% de los estudiantes no son capaces de reconocer, el 14.3% dicen que a veces y otro 10.7%. Su actitud es creativa, el 75.0% dicen que nunca, el 21.4% sostienes que a veces y el 07.1% que siempre. Es capaz de trabajar en grupo, el 82.1% que nunca, el 14.3% dicen que a veces y el 07.1% que siempre

De los resultados obtenidos, frente a las tareas y obligaciones, podemos inducir que los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, asumen una actitud pasiva, como de desconfianza en sus potencialidades, ello genera una baja autoestima y además perjudica su aprendizaje.

**TABLA N.º 03. Sobre el trato de los padres a sus hijos, en la mejora del nivel de autoestima**

ITEMS	BUENA		REGULAR		MALA		TOTAL	
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
Frente a sus problemas	01	03.6	04	14.3	23	82.1	28	100
Dedicación a sus hijos	03	10.7	09	32.1	16	57.1	28	100
Orientación y consejos	02	07.1	07	25.0	19	67.8	28	100
Disciplina	03	10.7	07	25.0	18	64.3	28	100
Orientación en sus tareas escolares	02	07.1	04	14.3	22	78.6	28	100
Proporcionan los útiles escolares completos	05	17.9	06	21.4	17	60.7	28	100
Felicitan a sus hijos ante logros	04	14.3	08	28.6	16	57.1	28	100
Controlan su aprovechamiento	04	14.3	09	32.1	15	53.6	28	100

Fuente: Guía de pre observación aplicada el 07 de mayo del 2017- Javier Mori.

La observación diagnóstica, visualizando el trato de los padres a sus hijos, es decir la forma como intervienen para elevar o no su autoestima; en relación frente a sus problemas, el 82.1% la relación es mala, el 14.3% es regular y 03.6% es buena, en relación a la dedicación a sus hijos el 57.1% es mala, el 32.1% es regular y un 10.7% es buena, en la orientación y consejos, el 67.8% es mala, el 25.0% es regular y el 07.1% es buena, en relación a la disciplina de los padres en casa, el 64.3% es mala, el 25.0% es regular, el padre de familia orienta las tareas escolares, el 78.6% es mala, el 14.3% es regular, proporciona útiles completos, el 60.7% es mala, el 21.4% es regular. Felicita a sus hijos ante los logros obtenidos, el 57.1 es

mala, el 28.6 es regular y el 14.3% es buena, los padres de familia controlan su aprovechamiento, el 56.6% es mala, el 32.1% es regular y el 14.3% es buena

Por lo que podemos afirmar que el trato de los padres a sus hijos, en la mejora del nivel de autoestima, en la institución educativa, es deficiente, ya que un alto porcentaje de estudiantes tienen un trato deficiente por parte de sus padres.

**TABLA N.º 04. Sobre el trato de los docentes a los niños y niñas**

ITEMS	BUENA		REGULAR		MALA		TOTAL	
	fi	%	Fi	%	Fi	%	fi	%
Valora al estudiante como persona	05	17.9	14	50.0	09	32.1	28	100
Hace uso de la motivación.	04	14.3	08	28.6	17	60.7	28	100
Pone buen ejemplo a sus estudiantes	14	50.0	05	17.9	09	32.1	28	100
Crea ideas y mejora su conocimiento	03	10.7	06	21.4	19	67.8	28	100
Propicia el respeto mutuo	09	32.1	09	32.1	10	35.7	28	100
Es creativo	02	07.1	07	25.0	19	67.9	28	100
Considera la cooperación e interacción	01	03.6	07	25.0	20	71.4	28	100

Fuente: Guía de pre observación aplicada el 07 de mayo del 2017- Javier Mori

Sobre el trato de los docentes a los niños y niñas, es decir de su actuación deficiente para elevar la autoestima de los estudiantes. Valora al estudiante como persona, el 50.0% de docentes lo reconocen regularmente, el 32.1% lo hace en forma mala, y el 17.9% lo hace en forma buena, Hace uso de la motivación, el 60.7% lo hace en forma mala, el 28.6% en forma regular y el 14.3% en forma buena, referente a si pone buen ejemplo a sus estudiantes, el 50.0% lo hace en forma buena, el 32.1% en forma mala y un 17.9% en forma regular, propicia el respeto mutuo, el 35.7% lo hace en forma mala, el 32.1% en forma buena y el otro 32.1% en buena regular, el docente es creativo, 67.9% de los docentes su creatividad es mala, del 25.0% es regular, considera la cooperación e interacción el 71.4% es mala, el 25.0% es regular y un 03.6 es buena

Por lo que podemos afirmar que el trato de los docentes los niños y niñas, para la mejora de su autoestima, en la institución educativa, es deficiente y no ayuda a mejorar la autoestima de los niños y niñas de la Institución educativa.

**TABLA N.º 05 Los niños y niñas poseen autoestima positiva**

ITEMS	Siempre		A veces		nunca		TOTAL	
	fi	%	fi	%	Fi	%	fi	%
Los niños se orientan hacia el bienestar	04	14.3	09	32.1	15	53.6	28	100
Desarrollan comportamientos positivos	05	17.9	08	28.6	15	53.6	28	100
Se valora así mismo	03	10.7	09	32.1	16	57.1	28	100
Se siente muy importante y productivo	03	10.7	08	28.6	17	60.7	28	100
Tiene aprecio consigo mismo	04	14.3	09	32.1	15	53.6	28	100
Cree firmemente en valores y principios	02	07.1	06	21.4	20	71.4	28	100
Obra con confianza por su propio juicio	01	03.6	09	32.1	18	64.3	28	100
No se preocupa por lo que ocurrió en el pasado	03	10.7	09	32.1	16	57.1	28	100
Tiene confianza en su capacidad	02	07.1	07	25.0	19	67.8	28	100
No se deja manipular por los demás	21	75.0	06	21.4	01	03.6	28	100
Disfruta de las diversas actividades	02	07.1	03	10.7	23	82.1	28	100
Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás	01	03.6	24	85.7	03	10.7	28	100
Se considera igual que cualquier otra persona	02	07.1	04	14.3	22	78.6	28	100
Reconoce diferencias en talentos específicos	03	10.7	09	32.1	16	57.1	28	100
Reconoce y acepta sus sentimientos positivos y negativos	02	07.1	08	28.6	18	64.3	28	100

Fuente: Guía de pre observación aplicada el 07 de mayo del 2017- Javier Mori

Se aplicó la observación diagnóstica, visualizando la real situación de la autoestima de los estudiantes, el 53.6% de los estudiantes nunca se orientan al bienestar, 32.1% lo hacen a veces y el 14.3% siempre lo hacen, los niños y niñas

desarrollan comportamientos positivos, el 53.6% nunca lo hacen el 28.6% a veces lo hacen y el 17.9% siempre lo hace; Se valora asimismo, 57.1% nunca lo hace, el 32.1% a veces lo hace y el 10.7% siempre lo hace, el niño y la niña siente importantes y productivos, 60.7% nunca lo siente, el 28.6% a veces y el 10.7% siempre se siente. Tiene aprecio consigo mismo, 53.6% nunca lo tiene, el 32.1% lo tiene a veces, y el 14.3% siempre lo tiene; Cree firmemente en valores y principios, el 71.4% nunca cree, el 21.4% a veces cree y el 7.1% siempre cree; Obra con confianza por su propio juicio, el 64.3% nunca obra con confianza, el 32.1% lo hace a veces y el 3.6% siempre lo hace. No se preocupa por lo que ocurrió en el pasado, el 57.1% nunca se preocupa, el 32.1% lo hace a veces y un 10.7% siempre se preocupa. Tiene confianza en su capacidad. El 67.8% nunca tiene confianza en su capacidad, el 25.0% lo tiene a veces y el 7.1% siempre lo tiene, No se deja manipular por los demás, el 75.0% siempre se deja manipular, el 25.0% lo hace a veces y el 3.6% nunca lo hace. Disfruta de las diversas actividades, 82.1% nunca disfruta, el 10.7% lo hace a veces y el 7.1% siempre disfruta. Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás, el 85.7% a veces es sensible, el 10.7% nunca y el 3.6% siempre es sensible. Se considera igual que cualquier otra persona 78.6% nunca se considera cualquier persona, el 14.3% a veces se considera y un 7.1% siempre lo hace. Reconoce diferencias en talentos específicos, el 57.1% nunca lo hace, el 32.1% a veces lo hace y el 10.7% siempre lo hace, el 64.3% nunca reconoce y acepta, el 28.6% lo hace a veces y un 7.1% siempre reconoce y acepta sus sentimientos positivos y negativos

Si tomamos en cuenta la teoría de los seis pilares de la autoestima, como destaca Nathaniel Branden, sosteniendo que como la autoestima es una consecuencia, un producto de prácticas que generan interiormente, entonces podemos afirmar que la autoestima de los estudiantes del III ciclo del nivel primario

de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, es baja, ya que un alto porcentaje de estudiantes desarrollan comportamientos negativos y no obran con confianza por su propio juicio.

### **3.2 ESTRATEGIAS VIVENCIALES PARA ELEVAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL III CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N.º 16004, MORRO SOLAR, JAEN.**

#### **Presentación:**

Las estrategias vivenciales, están diseñada en tres estrategias, con la finalidad de dar a los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén y padres de familia una adecuada orientación sobre la autoestima, para que el estudiante se acepte así mismo, tome conciencia de sus potencialidades, tenga una relación positiva con sus compañeros, aprenda a criticar y a aceptar críticas y descubran los conceptos de belleza.

La presente propuesta de estrategias vivenciales, para elevar el nivel de autoestima", está orientado para de los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, Cajamarca.

En la estrategia N.º 01, se trabaja el clima positivo, donde se considera: Ambiente de confianza, conciencia de sus potencialidades, autoconocimiento y aceptación de sí mismo y relación con los iguales. En la estrategia N.º 02 está referida a al desarrollo de la autoestima, conformado por: relación positiva con los estudiantes, aspectos positivos de sus compañeros, adquisición de capacidad crítica, descubrir conceptos de belleza, aprender a criticar y aceptar las críticas, aumentar la autoestima personal y valorar los sentimientos no verbales. En la estrategia N.º 03, se realiza una sensibilización a los padres de familia, las



actividades estarán relacionadas a: valorar la formación de la autoestima en los hijos y reconocimiento de las dificultades y errores en la formación.

Las estrategias, permiten a los niños y niñas no solamente que eleven el nivel de su autoestima, sino también que reciban un cúmulo de experiencias que, tras sus vivencias, les enriquezcan y contribuyan a su mejor educación integral. El mismo que se orienta a servir de guía a los docentes del nivel primario N.º 16004 Morro Solar, Jaén, intentando contribuir, con una clara delimitación de temas y a facilitar una base argumental.

La presente propuesta se justifica porque mejoraremos la autoestima de los estudiantes, en consecuencia los sentimientos que tienen hacia sí mismos y esto influirá positivamente en cómo viven sus vidas; los estudiantes sentirán que se les quiere y aprecia (en otras palabras, que tienen la autoestima alta), tendrán mejores relaciones sociales, serán más proclives a pedir ayuda y apoyo a los amigos y la familia cuando la necesiten, creerán que pueden alcanzar sus objetivos y solucionar sus problemas y por ende, rendirán mejor en sus estudios. Esto permitirá que los estudiantes se acepten así mismo y vivan la vida de forma plena.

### **Fundamentación.**

La teoría referencial del trabajo de investigación está sustentada principalmente en la teoría de los seis pilares de la autoestima”, las mismas que han sido incorporadas a la educación de diversas maneras, pero de forma notable por Lev S. Vygotsky y Nathaniel Branden. La teoría se fundamenta en que todas las formas de elevar la autoestima apuntan a que el estudiante se apropia del conocimiento en interacción con los otros seres humanos en el entorno escolar, principalmente profesores y compañeros, para lo cual debe tener presente “Los seis pilares de la autoestima” que son: La práctica de vivir conscientemente, La práctica

de aceptarse a sí mismo, La práctica de asumir la responsabilidad de sí mismo, La práctica de la autoafirmación, La práctica de vivir con propósito y La práctica de la integridad personal, teniendo en cuenta que la autoestima es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida.

### **Fundamento Pedagógico**

En el ámbito pedagógico, esta propuesta se sustenta en los nuevos paradigmas educativos constructivistas, expresado en la autonomía y responsabilidad del estudiante para construir sus propios aprendizajes y el rol del docente como mediador, concertador y reconciliador entre el conocimiento previo y el conocimiento nuevo, entre la realidad problemática y los contenidos de aprendizaje o entre los intereses del estudiante y los propios contenidos de aprendizaje, en fin en la solución de conflictos de toda índole.

### **Fundamento Teórico**

#### **LOS SIÉS PILARES DE LA AUTOESTIMA**

1. **La práctica de vivir conscientemente.** - Percibimos la consciencia como la suprema manifestación de la vida. Cuanto más elevada sea la forma de consciencia, más avanzada será la forma de vida. Subiendo en la escala evolutiva desde el momento en que aparece la consciencia por primera vez en la tierra, cada forma de vida tiene una forma de consciencia, más avanzada que la forma de vida del peldaño inferior.

En nuestra propia especie llevamos más lejos este mismo principio: identificamos una mayor madurez con una visión más amplia, una mayor consciencia y un conocimiento superior.

2. **La práctica de aceptarse así mismo.** - La autoestima es imposible sin aceptación de sí mismo. De hecho, está tan estrechamente vinculada a la autoestima que en ocasiones las ideas se confunden. Pero tienen un significado diferente, y hay que comprender lo específico de cada una.

Mientras que la autoestima es algo que experimentamos, la aceptación de sí mismo es algo que hacemos.

3. **La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo.** - La responsabilidad de uno mismo es esencial para la autoestima, y es también un reflejo o manifestación de la autoestima. La relación entre la autoestima y sus pilares es siempre recíproca. Las prácticas que generan autoestima son también expresión natural y consecuencia de la autoestima.

4. **La práctica de autoafirmación.** - La autoafirmación significa respetar mis deseos, necesidades y valores y buscar su forma de expresión adecuada en la realidad.

La autoafirmación significa la disposición a valerme por mí mismo, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas.

- 5 **La práctica de vivir con propósito.** - Vivir con propósito es utilizar nuestras facultades para la consecución de las metas que hemos elegido: la meta de estudiar, de crear una nueva familia, ganarnos la vida, de empezar un negocio nuevo, de introducir un producto nuevo en el mercado, de resolver un problema científico. Son nuestras metas las que nos impulsan, las que nos exigen aplicar nuestras facultades, las que vigorizan nuestra vida.

- 6 **La práctica de la integridad personal.** - La integridad consiste en la integración de ideales, convicciones, normas, creencias, por una parte, y la conducta, por otra. Cuando nuestra conducta es congruente con nuestros valores





declarados, cuando concuerdan los ideales y la práctica, tenemos integridad.

## **Objetivos de la propuesta**

### **Objetivo general.**

Lograr elevar el nivel de autoestima en los niños i niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, derribando las barreras impuestas por ellos mismos, que no les permiten tener un buen concepto propio; mejorando la imagen de ellos mismos mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales y desarrollando la conciencia de sus propios logros, para que el participante aprenda a describir y a expresar emociones y a establecer conductas deseadas; facilitando pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.

### **Objetivos específicos:**

-  Lograr que el estudiante confíe en él mismo, en sus capacidades y opiniones, actuando siempre de acuerdo a lo que piensa y siente, sin preocuparse excesivamente por la aprobación de los demás
-  Conseguir que el estudiante acepte que, con sus cualidades y defectos, es, ante todo, persona importante y valiosa.
-  Lograr que el estudiante se haga consciente de los logros o éxitos que tuvo en el pasado e intentar tener nuevos éxitos en el futuro
-  Lograr que el estudiante se acostumbre a observar las características buenas que tiene, teniendo en cuenta que todos tenemos algo bueno de lo cual podemos sentirnos orgullosos; debemos apreciarlo y tenerlo en cuenta cuando nos evaluemos a nosotros mismos.

📖 Nunca pierdas las ganas de pensar en positivo, invierte todo lo que parezca mal o que no tiene solución

📖 Generar aprendizajes individuales y colectivos entre los padres de familia, para buscar soluciones conjuntas a los problemas familiares y educativos.

## **METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA DE LA AUTOESTIMA**

En la metodología se seguirán los siguientes pasos:

- Bienvenida, saludo y reforzamiento a los asistentes.
- Motivación inicial
- Crear un ambiente de confianza.

### **Ejecución:**

- Revisión de las tareas intercesiones, repaso y resumen de lo anterior.
- Exposición de aspectos relacionados con la aplicación de la Autoestima en casa y planteamiento de dudas, así como logros y éxitos.
- Desarrollo del tema y presentación de nuevos contenidos con Instrucción verbal y modelado, Práctica, Refuerzo y Feedback, Diálogo y discusión y Conclusiones.
- Reforzamientos

### **Vinculación con la vida:**

- ¿Qué relación tiene esto con la realidad?
- ¿Cómo se manifiesta en nuestro barrio, ciudad o país?
- ¿Qué pensamos sobre los elementos escuchados, vistos, leídos, apreciados, dichos o vividos (sentidos)?

### **Sistematización y Generalización:**

- ¿Qué conclusión podemos sacar?

- ¿Cómo resumimos lo discutido?
- ¿Qué aprendimos?
- Facilitar y promover la participación activa.
- Que sea vivencial.
- Propiciar la organización democrática.
- Crear conciencia de grupo.
- Promover el compromiso.
- La evaluación permanente.

### **Dinámicas para el trabajo en las técnicas vivenciales**

Dinámicas de presentación.

Dinámicas para formar grupos.

Dinámicas de animación o recreación.

Dinámicas para el análisis de temas.

Descripción de algunas técnicas para el análisis.

El video-foro.

El sociodrama.

El juego de roles.

El collage.

Testimonios y discusión de casos.

Dinámicas para exposición de temas.

La plenaria.

Otras dinámicas de exposición.

Las técnicas vivenciales se desarrollarán en todas sesiones, respetando el ritmo que marcarán los participantes, pues habrá ocasiones en que las dudas hagan que nos detengamos más en un punto u otro.

En la puesta en práctica de las actividades, y como norma a tener en cuenta, se procurará que la participación sea oral, a través de diálogos, debates, discusiones y/o comentarios, ya que es posible que desde el primer momento se observe un rechazo a escribir.

Asimismo, se mostraran inseguros cuando se les plantee un interrogante y se pida que contestase alguien concreto; se producirá un silencio general. Dará mejor resultado lanzar las preguntas a todos en general y, de ahí, ya partirá la respuesta y la discusión que se pretenda que surgiera en ese momento.

Los temas de autoestima que se trabajen con los padres durante el período de intervención del programa serán similares a los estudiantes.

Las actividades realizadas con los padres en las clases serán, sobre todo:

- a) comentarios de la puesta en práctica de la autoestima con sus hijos; b) discusiones sobre diversos temas; c) realización de un vídeo sobre Defender Derechos, y d) resolución de dudas que irán surgiendo. Para el desarrollo y puesta en práctica de las clases se utilizarán, además, los medios audiovisuales de la misma forma que la indicada en el entrenamiento al alumnado.

En muchos casos, se plantearan a los padres unas tareas para hacer y reflexionar en casa. Esas tareas se comentaran en la sesión siguiente, pero nunca se les exigirá presentar algo escrito por el rechazo ya comentado.

Por otra parte, se tratará de mentalizar a los padres de que su trabajo en autoestima, consistirá en: a) ayudar a que sus hijos pongan mejoren su autoestima; b) valorar y apoyar a sus hijos en todo lo relacionado con el tema; c) practicar aspectos positivos de autoestima ellos mismas para su propio beneficio, y d) reflexionar sobre la importancia de la autoestima para ponerlas en práctica en todos los actos de su vida.

## ESQUEMA DE LA PROPUESTA

ESTRATEGIAS VIVENCIALES PARA ELEVAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL III CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N.º 16004, MORRO SOLAR, JAEN.

### TEORÍA LOS SEIS PILARES DE LA AUTOESTIMA: NATHANIEL BRANDEN

La práctica de vivir conscientemente  
La práctica de aceptarse a sí mismo  
La práctica de asumir la responsabilidad de sí mismo  
La práctica de la autoafirmación  
La práctica de vivir con propósito  
La práctica de la integridad personal.

## ESTRATEGIAS VIVENCIALES

### ESTRATEGIA 01: *CLIMA POSITIVO*

Pilares: La práctica de vivir conscientemente  
La práctica de aceptarse así mismo  
Ambiente de confianza, conciencia de sus potencialidades, autoconocimiento y aceptación de sí mismo y relación con los iguales.

### ESTRATEGIA 02: *DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA*

Pilares: La práctica de autoafirmación  
La práctica de vivir con propósito  
Relación positiva con los estudiantes, aspectos positivos de sus compañeros, adquisición de capacidad crítica, descubrir conceptos de belleza, aprender a criticar y aceptar las críticas, aumentar la autoestima personal y valorar los sentimientos no verbales.

### ESTRATEGIA 03: *SENSIBILIZACIÓN A PADRES DE FAMILIA*

Pilares: La práctica de la integridad personal  
La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo  
Valorar la formación de la autoestima en los hijos y reconocimiento de las dificultades y errores en la formación.



## **ESTRATEGIA N.º 01.- CLIMA POSITIVO**

### **ACTIVIDAD I - Preparando el terreno**

#### **a.- Descripción:**

En esta actividad se crearon actividades diseñadas con el propósito de propiciar un clima positivo de aceptación sin condiciones, ya que esta es la clave en el desarrollo de las potencialidades de la persona. Así también no está de más el mencionar que es oportuno darles inicio a estos talleres con este módulo ya que se elaboró para generar un clima de confianza y de un mayor conocimiento entre los participantes.

#### **b.- Objetivos:**

Elevar el nivel de autoestima de los estudiantes

Desarrollar un ambiente de confianza y apoyo para que los participantes se encuentren seguros de sí mismos, en su interacción con los demás.

Potenciar la conciencia de sí mismo y de su identidad personal.

#### **c.- Procedimiento didáctico**

### **Tema N.º 01.- Alguien muy especial**

#### **Objetivo:**

Fomentar la socialización en el grupo, promoviendo el respeto, sinceridad y la ayuda mutua.

#### **Procedimiento:**

La moderadora introducirá la actividad comentando el hecho de que todas las personas somos importantes, cada uno tiene características que le hacen único, diferente y valioso.

Los niños y niñas se distribuirán en parejas. Durante 5 minutos se anima a cada pareja a que cada miembro hable sobre sí mismo al otro, tanto como pueda (que

hablen de cosas importantes para compartir). Transcurrido el tiempo, se reúnen todos en grupo y cada uno presenta a su compañero a los demás, contando lo que más le ha impresionado de lo que le ha contado. Se concluye la actividad reforzando el valor de cada uno, ofreciendo la oportunidad a cualquier alumno de comentar algo más sobre sí mismo.

## **Tema N.º 02.- Dibujos cooperativos**

### **Objetivo:**

Reflexionar acerca de la importancia de la organización al trabajar en un grupo para obtener resultados más satisfactorios.

**Materiales:** Marcadores, crayones, 4 pliegos de papel, tape.

### **Procedimiento:**

Se organizará dos equipos de igual número de participantes, los cuales deberán colocarse en fila delante de un papelógrafo (uno por grupo) pegado en la pared. Luego se dará varios crayones y marcadores a cada grupo. Al dar una señal y sin que puedan hablar entre los participantes, han de realizar un dibujo colectivo, pero con la condición de que solo es posible realizar un trazo, una línea recta por persona. Cuando el primero del equipo hace su trazo en el papelógrafo se pasa al final de la fila y continúa el siguiente hasta que todo el grupo dé una o dos vueltas. Paramos el juego y observamos todos juntos el resultado de nuestro trabajo. Quizás hayan salido cosas o imágenes sin sentido o quizás sean pequeñas obras de arte abstracto. La creatividad lo puede todo. A continuación, los equipos disponen de 3 minutos para organizarse y decidir qué van a dibujar en el próximo papelógrafo. Entonces repetirán la actividad con el funcionamiento anterior. Finalmente podemos en grupo reflexionar acerca de los resultados antes y después de

organizarnos, cómo nos hemos sentido personalmente y observar la capacidad creativa que podemos tener en grupo.

### **Tema N.º 03.- Tu árbol**

#### **Objetivos:**

Hacer consciente a los niños de los recursos que poseen, así como de los logros que han conseguido.

Desarrollar la confianza en sí mismo.

**Materiales:** crayones, hojas bond.

#### **Procedimiento:**

Se pide a los niños y niñas que dibujen en las hojas un gran árbol, con muchas ramas y raíces y un tronco fuerte. En el tronco deben escribir su nombre con letras grandes, en las raíces sus cualidades, habilidades (capacidad para hacer amigos, estudioso, simpático, divertido, etc.) después colocan en las ramas los logros más importantes que consideren han tenido hasta ahora ej. Buenos amigos, buenas notas, saber leer, etc. Luego se reúnen en grupo y cada uno muestra a sus compañeros su árbol, comentando como sus logros están relacionados con sus habilidades. Se les puede sugerir que conserven su árbol y lo continúen ampliando o recoger esas hojas y al finalizar una sesión o actividad que amplíen su árbol.

### **ACTIVIDAD II. - Los recursos personales**

#### **Objetivos:**

Hacer conciencia a los participantes de la gran cantidad de recursos y potencialidades que poseen.

Conocer las cualidades, habilidades y destrezas que cada uno de ellos posee.

Procurar que sean conscientes de los logros que han tenido y mostrarlos.

Aprender a valorar las cualidades que los demás tienen.

**Descripción:**

La forma más efectiva de incrementar la capacidad de una persona para desarrollar plenamente sus potencialidades es centrarse en los recursos que posee. A menudo muchos niños y jóvenes piensan que no tienen recursos y aunque se les dice “Tú puedes hacerlo” estos se escudan en el “No puedo hacerlo” por lo que necesitan adquirir una firme certeza de sus posibilidades reales y esto es lo que se pretendió reforzar con las actividades que se crearon.

**Tema N.º 04.- Lo que más me gusta de mi**

**Objetivo:**

Hacer conciencia y reflexionar sobre las cualidades que cada uno de los participantes posee.

**Materiales:** Hojas de papel bond, lápices, borradores.

**Procedimiento:**

De esta manera individual vamos a pensar por unos minutos cuáles son las cualidades o características que más nos gustan de nosotros(as) mismos(as) y las vamos a escribir en un papel. A continuación en plenaria vamos a exponer cada uno por turno lo que hemos pensado mientras el resto del grupo escucha atentamente y sin interrumpir.

**Tema N.º 05.- Mis cualidades**

**Objetivo:**

Que cada uno de los participantes sean como espejos al reflejarles a sus compañeros las cualidades que poseen.

**Procedimiento:**

Invitamos a todos los niños a sentarse en círculo. Exponemos en qué va consistir la actividad. Pediremos a un alumno voluntario que se siente en medio y a continuación todos los compañeros que quieran le expresarán alguna cualidad positiva que hayan observado en él desde que lo conocen.

Solicitamos que salga un voluntario o en todo caso nombramos nosotros a aquel que consideremos más necesitado de aprecio y reconocimiento. Le agradecemos su colaboración y le indicamos que situado en el centro, escuche el mensaje amistoso que le envíe el compañero que le hable, debe darse vuelta, si hace falta, para mirar y atender de frente, cara a cara a quien le dirige la palabras. Se limitará a escuchar sin hacer ningún comentario, ni agradecer o replicar a lo que oiga. Únicamente se levantará, al final de todas las intervenciones y hará un gesto expresivo de agradecimiento a todos los niños, retirándose a su lugar. Animamos a todos los presentes a manifestarle al niño que escucha en medio, alguna cualidad buena o algún comentario positivo que hayan observado en cierto momento. Recomendamos que le hablen tuteándole y dialogando con él directamente y mirándole a los ojos para que la comunicación sea más efectiva. Cuando hayan terminado todas las colaboraciones, le sugeriremos que se despidan y retire al niño que estaba en medio, pero sin antes dejar de hacer un resumen de todo lo que le reflejaron los demás compañeros.

**Tema N.º 06.- La joya****Objetivo:**

Que cada miembro del grupo reconozca que es un ser maravilloso.

**Materiales:** Una caja de cartón con un espejo pegado en su interior.

**Procedimiento:**

Se pasará el espejo de mano en mano por el grupo anunciando que dentro vamos a mirar a la persona más maravillosa del mundo. Solicitaremos que nadie comente nada hasta que la caja haya pasado por todo el grupo.

**Tema N.º 07.- Autorretrato****Objetivo:**

Ayudar a los niños y las niñas a desarrollar su autoestima a sentir que ellos y ellas son importantes.

**Materiales:** crayones, pedazos de tela, lana, hilos de diferentes colores, cartulina de diferentes colores, marcadores, papelógrafo, hojas de papel bond tamaño carta.

**Procedimiento:**

Darles una introducción con respecto a que es importante que cada uno de nosotros se quiera y se valore a sí mismo, sin esperar que otras personas nos digan lo valioso que somos. Luego se les darán las instrucciones de la actividad indicándoles que en el centro del salón encontramos hojas blancas, crayones, en fin el material necesario para crear nuestro propio retrato, van a hacer un dibujo como si fuera una foto de ellos mismos. Cuando terminen nos sentaremos en el suelo formando un círculo cada uno mostrará su retrato a los demás diciendo como se ve, qué cualidades tiene y la moderadora irá haciendo a cada uno las siguientes preguntas:

¿Por qué se dibujaron así?, ¿Cómo se ven en ese retrato?, ¿Qué cosas positivas descubrieron que tienen?

**Tema N.º 08.- Un homenaje****Objetivos:**

Recibir apoyo emocional de sus compañeros.

Sentir la importancia del apoyo de los demás.

**Procedimiento:**

Todos los niños se dividen en dos filas bastante próximas entre sí y mirándose la cara, de tal forma que quede un pequeño espacio entre ambas filas. Uno por uno pasarán entre las dos filas, mientras el resto de niños les aplauden y animan. Posteriormente, se deja unos minutos para que todos los niños comenten en grupo cómo se han sentido.

**ACTIVIDAD III: - Mi identidad****Objetivos:**

Profundizar en un mayor autoconocimiento, tomando todos los rasgos positivos y negativos que tienen y propiciar su aceptación.

Ser conscientes de su propio cuerpo, aceptación de su cuerpo como parte importante de ellos mismos.

**Descripción:**

En esta actividad se continuará explorando las características personales e identidad personal, para poder contestar a las preguntas: ¿Quién soy?, ¿Adónde voy?, Por qué? Ya que como nos vemos a nosotros mismos y a los demás, podemos responder de alguna manera a estas preguntas.

**Tema N.º 09.- Circulo de amor****Objetivo:**

Que los niños y las niñas se den cuenta de la importancia que tiene el reforzamiento positivo en la construcción de la autoestima.

**Materiales:** Salón amplio, hojas de papel bond, crayones, marcadores.

**Procedimiento:**

Los niños y las niñas creen en lo positivo que los demás dicen de ellos. Si son criticados muy a menudo o solo escuchan cosas negativas de ellos, comienzan

a desarrollar una baja autoestima. Es necesario que les digamos lo buenos que son, que son especiales, queridos, inteligentes, es mejor decírselos antes que se vayan a dormir por la noche, porque los niños recuerdan más lo que escuchan antes de dormirse.

Vamos a formar un círculo, cada uno pasará al centro y cada persona que está en el círculo dirá algo bueno acerca de la persona del centro. Esto debe ser algo que los demás hayan notado mientras estaban trabajando. Cada persona tiene un turno en el centro.

### **Tema N.º 10.- Como soy**

#### **Objetivo:**

Que cada miembro del grupo exprese a los demás las cualidades que posee.

**Materiales:** papelitos, cajita o bolsa, hojas de papel bond, lápices, borradores.

#### **Procedimiento:**

Repartir a cada uno un papelito en el que escribirán su nombre, doblarlos y meterlos en la cajita o bolsa, cada uno sacará un papelito que no sea el suyo y manteniendo el secreto, escribirá en la hoja un mensaje, dirigida al compañero cuyo nombre ha sacado, debe tratar de los siguientes puntos:

- a) Qué te gusta de ese compañero(a)?
- b) Qué cosas has visto que hace bien?
- c) Felicítale por algo?

Doblarán la hoja, después que hayan firmado su escrito con nombre bien claro y al dorso anotarán su destinatario. Recogemos todos los escritos. Nos colocamos en círculo y entregamos a su destinatario cada mensaje que lo leerán en particular y a continuación lo harán en voz alta uno por uno.



#### **ACTIVIDAD IV.- No estoy solo**

##### **Objetivo:**

Que los niños se sienta apoyados, sabiendo que siempre hay alguien que les puede tender la mano.

##### **Descripción:**

En esta actividad se reflexionará sobre la relación con los iguales, así también se hará conciencia de que en las dificultades se puede contar con la ayuda, apoyo y compañía de los que nos rodean.

#### **Tema N.º 11.- Carteles de sentimientos**

##### **Objetivo:**

Ayudar a los niños y niñas a sentir y expresar los sentimientos de diferentes formas.

**Materiales:** fotos, recortes de niños que demuestren diferentes estados de ánimo, papelógrafo, marcadores, maskintape, mesa, música triste, música alegre.

**Procedimiento:** se dará la siguiente introducción e instrucción.

Todos en algún momento sentimos alegría, tristeza o enojo y muchas veces no encontramos la forma adecuada para decir lo que sentimos. Cuando ustedes están alegres o tristes, ¿cómo lo expresan?

Hoy vamos a ejercitar algunas formas de expresar sentimientos. Los recortes los colocamos en una mesa, en el centro del salón, para que todos los niños caminen alrededor de la mesa viendo las fotos. Después de verlas cada uno de nosotros escogerá una foto o recorte con la que nos identifiquemos más. Nos sentamos formando un círculo y cada uno vamos a ir diciendo por qué escogimos esa foto o recorte, qué le recuerda?, Cómo la relacionamos con nuestra vida? , El recorte o foto que escogimos nos recordó algún momento de nuestra vida?, Cuál?,

La palabra de tristeza la relacionamos con algo que nos pasó a nosotros o a alguien cercano y querido?, Cómo nos sentimos dibujando símbolos de alegría?, Qué actividad nos gustó más? Por qué?, De qué manera se nos facilitó más expresar nuestros sentimientos?

## **Tema N.º 12.- Meditación**

### **Objetivo:**

Ayudar a los niños y las niñas a valorar y expresar sus sentimientos.

**Materiales:** Salón amplio, música suave instrumental, hojas bond, lápices.

### **Procedimiento:**

Iniciar con esta breve introducción e instrucción: cuando guardamos nuestros sentimientos en lo más profundo de nuestro interior, nos puede causar mucho daño. Tenemos que identificar, descubrir esos sentimientos para poder expresarlos y liberarnos de ellos. Vamos a realizar un ejercicio que nos ayudará a sacar esos sentimientos. Nos vamos a colocar formando un círculo y vamos a respirar profundamente, relajen sus hombros, sus piernas y respiren esto lo vamos a hacer varias veces. Cierren sus ojos y concéntrense en su cuerpo sientan que el viento los mueve, como mueve a los árboles, imaginen que están rodeados de un arcoíris. Ahora cuando respiren, respirarán cada color. Cuando respiren dejen que cada color fluya a través de sus cuerpos, trayendo su propia paz. Cuando saquen el aire dejen que el dolor salga. Saquen la tristeza, el dolor, el miedo, la cólera. Lo haremos dos veces con cada color. Comencemos por respirar el color rojo, respiren profundo, ahora saquen el aire y saquen todo lo que les hace daño, lo que les provoca dolor, tristeza... ahora el anaranjado... el amarillo... verde... azul... sientan el arcoíris e imaginen que lo está rodeando. Cuando toque sus hombros imagínense que todos los colores vienen juntos y forman una brillante luz blanca,

la cual fluye entre nosotros. Nuestro aliento trae cada parte de nuestro cuerpo y nos produce paz y cualquier otro sentimiento es bienvenido manténganse así por unos minutos y sientan que están dentro del aire cada vez que respiran.

Cuando estén listos abran sus ojos despacio y pasamos al análisis del ejercicio: Cómo se sintieron cuando estaban con los ojos cerrados?, En qué pensaron cuando estaban escuchando la narración?, Qué les provocó este ejercicio?, Qué sentimientos lograron sacar?.

## **ESTRATEGIA N.º 02.- DESARROLLO DE LA AUOESTIMA**

### **Tema N.º 01: Presentación de los participantes**

#### **OBJETIVOS:**

- Establecer una relación positiva con los estudiantes.
- Procurar el acercamiento con ellas.

#### **Procedimiento:**

Presentación: Se reparten unas “tarjetas” hechas de cartulina. Por una cara cada uno deberá escribir su nombre o pondrá su foto y por la otra cara, cosas o rasgos que considere que lo definen. También podrá escribir datos que quiera que conozcan los demás, puesto que todos no nos conocemos.

Se recogen todas las tarjetas en una caja, y se van leyendo. Se trata de adivinar quién es la persona a la que corresponde esa tarjeta.

Puesta en común final: se habla de esta actividad: que me ha parecido; quién me parece a mí que se ha definido mejor y por qué.

Juegos de animación

### **Tema N.º 02: Potencialidades de sus compañeros**

#### **OBJETIVO.**

Resaltar los aspectos positivos de nuestras compañeras.

**Procedimiento:**

Se divide la clase en dos grupos de ocho componentes aproximadamente. Cada grupo deberá sentarse en un círculo de tal modo que todas se vean. Entonces se repartirá a cada participante un folio, que dividirán en tantas partes como componentes haya en el equipo excepto ellas mismas.

Cada una deberá escribir en cada trozo de papel, una cualidad positiva de cada una de sus compañeras, doblar el papel y escribir el nombre a quién se dirige de modo que se vea. Todos los trozos de papel ya escritos se colocarán dentro de una caja, colocada para ello en el centro de cada grupo.

Se pide a cada grupo que repartan los trozos de papel. Cada miembro deberá tener todos los papeles que lleven su nombre, pero no se podrán mirar aún.

Se indica a un equipo que, sin mirar previamente lo que sus compañeras han escrito, se vayan levantando una a una y leyendo en voz alta todos sus papeles.

Juegos de animación

**Tema N.º 03: Capacidad crítica****OBJETIVOS:**

Adquisición de la capacidad crítica respecto al mundo de la imagen y los estereotipos.

**Procedimiento:**

- Llevar revistas a clase.
- Formar grupos de cuatro alumnas aproximadamente y repartir las revistas.

Seleccionar publicidad con figuras masculinas, por una parte, y femeninas por otra.

Repartimos una cartulina a cada grupo. Dos grupos harán un cartel en la cartulina sobre las mujeres en el tema de la publicidad, y los otros dos grupos sobre los hombres.

Cada grupo deberá escribir en un folio un título que le parezca adecuado o representativo a su cartel.

Seleccionar publicidad con figuras masculinas y femeninas.

Analizar la imagen y el texto:

**a).- Análisis de la imagen:**

- Tipo de cuerpo masculino y femenino.
- Gestos y actitudes corporales.

**b).- Análisis de texto:**

Distinción entre cualidades del producto o información sobre él y otros valores sociales (por ejemplo, unión entre coche y brío, tecnología y simpatía ).

Mensaje que se transmite e interpretaciones personales.

**c).-Mensaje subliminal entre la imagen y el texto.**

Comparación entre el producto que se anuncia y el tipo de imagen. Gesto y actitudes que lo acompañan.

Cambio de roles. Se pueden cambiar las imágenes de un producto publicitario con las de otro, o bien el texto, o poner cuerpos femeninos con cabezas masculinas y viceversa.

**Tema N.º 04: Pase de fotografías**

**OBJETIVO:**

- Valorar la belleza

**Procedimiento:**

Pase de fotografías sobre rostros y cuerpos desnudos a través de la historia (ver por ejemplo, las diferencias entre las mujeres de Boticelli y las de Rubens).

- Discutir sobre los distintos conceptos de belleza a través de los tiempos.
- Juegos de animación

## **Tema N.º 05: Juego de piropos**

### **OBJETIVOS:**

- Aprender a aceptar los elogios y a elogiar para aprender a criticar y aceptar las críticas.
- (En el caso de que el juego se realizase con las personas más tristes o deprimidas de la clase) Ver el efecto positivo que produce sobre ellas.

### **Procedimiento:**

- Dividir la clase en grupos.
- Cada grupo deberá elegir a un miembro.

La estudiante elegida se coloca en el centro del grupo ( el centro será la cuna donde estará la niña que vamos a mimar ), mientras las demás le van diciendo lo que más les agrada de ella, tanto en sentido físico como psíquico; actitudes; gestos; sentimientos; forma de ser, etc. ).

Al finalizar la actividad, se pueden despedir en círculo agarradas de la mano.

- Se podrán también piroppear verbalmente o con los gestos.
- Juegos de animación.

## **Tema N.º 06: La autonomía personal**

### **OBJETIVO:**

- Aumentar la autonomía personal.
- Favorecer la no pérdida de memoria.

### **Procedimiento:**

Los niños o niñas que libremente lo deseen, leerán en voz alta lo que han escrito en su ficha personal.

- Responder a preguntas (de forma oral e iniciando un debate ) del tipo:
- ¿Qué medios has utilizado para moverte?

- ¿Cómo te hubiera gustado ir allí?
- ¿Con quién fuiste a.....?

De todos los sitios a los que has ido... ¿Cuál te ha gustado más o en cuál te lo pasaste mejor?

¿Cuál es el lugar más lejano de tu casa donde te has trasladado?

¿Cuál es el lugar más lejano donde te gustaría ir?

¿Cuál es el lugar más lejano de tu casa al que te has trasladado con tu familia?

A raíz de estas preguntas, se podrá iniciar un debate sobre los locales públicos más frecuentados y tiempo empleado. Estos se irán anotando en la pizarra, indicando el número de frecuencias de cada uno de ellos.

Posteriormente, se anotarán, también en la pizarra los espacios interiores usados, días y tiempo; los espacios en soledad y los espacios compartidos (con quién y cuánto tiempo ). Y cuales de estos han sido los preferidos.

Juegos de animación

## **Tema N.º 07: Los sentimientos y su expresión**

### **OBJETIVOS:**

- Adquirir nuevas formas de expresar sentimientos que no sean verbales.
- Aprender a valorar estas formas de expresión en las demás personas.

### **Procedimiento:**

Se divide la clase en dos grupos. Cada miembro de un grupo determinado, elegirá una pareja del otro grupo.

Una de las personas tendrá el rol activo y la otra el pasivo, intercambiándose después los roles.

La persona que desempeña el rol activo, piensa en dar expresión con su cuerpo, pero sobre todo con la cara, a diversos sentimientos y emociones, uno detrás de otro, pero no más de seis. Por ejemplo, alegría, tristeza, miedo, rabia, euforia, etc. La persona que desempeña el papel pasivo debe adivinar lo que ha expresado la otra persona.

Cambio de roles: La persona que hacía el papel activo hace ahora el papel pasivo y viceversa.

Juegos de animación

### **Tema N.º 08: Lo que dicen las imágenes**

#### **OBJETIVOS:**

Darnos cuenta de la influencia del mundo de las imágenes en la producción de nuestros sentimientos.

Aprender a expresar nuestros sentimientos y opiniones ante los demás.

#### **Procedimiento:**

Repartir una fotografía ( de revistas ) a cada alumna colocándolas boca abajo. No se podrán mirar hasta que no se les indique. Las fotografías deben ser sugerentes; escenas de alegría, injusticia, tristeza, violencia, participación, solidaridad... ).

Analizar en grupo las impresiones que nos causan a primera vista.

Observamos las fotografías mejor, y comentamos en grupo nuestras nuevas impresiones de ellas.

Los mensajes que nos transmiten.

Los sentimientos expresados en la fotografía y los que causan en nosotros mismos al verla.



- El tipo de mensaje que puede querer transmitirnos la foto (o el fotógrafo).
- Valorar y respetar las opiniones y sentimientos de los otros.
- Juegos de animación

## **Tema N.º 09: “El árbol de mi autoestima**

### **Objetivo**

Fortalecer la autoestima de los estudiantes

### **Procedimiento:**

- 1) Repartimos una hoja de papel en blanco a cada alumna. Dividimos la hoja en dos columnas verticales de igual anchura. Encabezamos una de las columnas con el título: “ Mis logros “ y la otra con “ Mis cualidades “.
- 2) En la columna correspondiente, hacer una lista de nuestros propios logros, realizaciones, metas alcanzadas, éxitos de mayor o menor importancia en los campos del crecimiento personal, de las relaciones interpersonales, de la vida familiar, de la profesión, del trabajo, los estudios, del deporte, etc. No tienen por qué ser cosas espectaculares, sino simplemente significativas personalmente para ti. Por ejemplo: ser capaz de hablar en público, concluir con éxito una carrera, aprender a utilizar un ordenador, reconciliarse con los hijos, el cónyuge, las vecinas, superar una adicción al tabaco, al alcohol, a drogas...
- 3) En la otra columna hacemos una lista de todas las cualidades ( corporales, mentales, espirituales... ) que poseas en mayor o menor grado, como podrían ser: inteligencia, tenacidad, determinación, alegría, simpatía , paciencia, entusiasmo, amabilidad, generosidad, sensibilidad, capacidad de escucha, fortaleza física, buena salud, destreza manual, serenidad, creatividad, iniciativa, talento organizativo, etc.

- 4) Después, encima del dibujo del árbol que aparece a continuación escribe tu nombre en mayúsculas y, en los frutos que cuelgan de las ramas, algunos de tus logros. Luego, en el rectángulo de la raíz correspondiente a cada uno de los frutos, escribe las cualidades concretas que te han permitido esos logros.
- 5) Contempla el Árbol de tu Autoestima durante unos minutos “ escuchando lo que dice de ti “; escribe su mensaje debajo del árbol. Comparte detalladamente el árbol con una amiga o grupo de confianza. Si te sientes con ganas puedes compartirlo con toda la clase.
- 6) Coloca tu Árbol de la autoestima en algún lugar donde puedas verlo a menudo y completarlo, a medida que obtengas nuevos logros y/o descubras otras cualidades.

## **Tema N.º 10: Lectura de fábulas**

### **Objetivo**

Fortaleces su identidad personal

### **Procedimiento:**

Leer y reflexionar sobre la fábula “Razones para la alegría” de J.L. Martín Descalzo:

“Los animales del bosque se dieron cuenta un día de que ninguno de ellos era el animal perfecto: Los pájaros volaban muy bien, pero no nadaban ni escarbaban; la liebre era una estupenda corredora, pero no volaba ni sabía nadar... Y así todos los demás. ¿No habría manera de establecer una academia para mejorar la raza animal? Dicho y hecho. En la primera clase de carrera, el conejo fue una maravilla, y todos le dieron un sobresaliente; pero en la clase de vuelo subieron al conejo a la rama de un árbol y le dijeron: ¡Vuela, conejo! El animal saltó y se estrelló contra el suelo, con tan mala suerte que se rompió dos patas y fracasó también en el examen final de carrera. El pájaro fue fantástico volando, pero le pidieron que excavara como el topo. Al hacerlo se lastimó las alas y el pico y, en

adelante, tampoco pudo volar; con lo que ni aprobó la prueba de excavación ni llegó al aprobadillo en la de vuelo.

Convenzámonos: Un pez debe ser pez, un estupendo pez, un magnífico pez, pero no tiene por qué ser un pájaro. Un hombre inteligente debe sacarle la punta a su inteligencia y no empeñarse en triunfar en deportes, en mecánica y en arte a la vez. Una muchacha fea difícilmente llegará a ser bonita, pero puede ser simpática, buena y una mujer maravillosa... porque sólo cuando aprendamos a amar en serio lo que somos, seremos capaces de convertir lo que somos en una maravilla ”.

NOTA: Esta actividad se llevará a cabo teniendo muy en cuenta que todo ser humano debe progresar y tener ilusiones, sin confundir el texto con un mensaje de “ conformismo “ o “ resignación “.

Juegos de animación

### **Tema N.º 11: La silla vacía**

#### **Objetivo.-**

Identificar la autoestima, y Fortaleces la relajación y respiración

#### **Procedimiento:**

(Duración aproximada: 10 minutos de visualización y 10 de diálogo).

Sobre un fondo suave de música relajante y tranquilizadora, se invita a los alumnos a sentarse y tratar de relajarse manteniendo la espalda y el cuello erguidos para facilitar la respiración abdominal, respirando por la nariz, con los labios ligeramente juntos y con los ojos cerrados, inspirando y espirando pausada y acompasadamente durante dos o tres minutos.

A continuación, se les invita a que – con el mayor detalle posible, en tres dimensiones y en color – cada cual visualice en la “ pantalla “ de su imaginación una silla vacía; *una persona conocida y que le quiere bien*, que le aprecia, y cómo

se sienta en la silla; hay que visualizar su rostro durante unos momentos y preguntarse *qué siente cada cual en presencia de esa persona...* hasta que llega el momento de despedirse cariñosamente de ella y ver como sale de su campo de visión.

La silla vuelve a estar vacía, y al cabo de unos breves momentos, se visualiza a *otra persona conocida* que ocupa la silla; esa persona es el *otro yo* de cada cual, su réplica. Cada uno se visualiza a sí mismo con el mayor detalle posible ( su rostro, su figura, sus facciones, su postura... ) como en un espejo; se contempla uno a sí mismo de pies a cabeza y nota mentalmente de lo *que siente en presencia de su propia imagen...*; finalmente, se despide amistosamente de su propio yo, que sale del campo de visión anterior.

La silla vacía va desapareciendo lentamente por el fondo de la “ pantalla “ imaginaria, y las alumnas, después de realizar pausadamente cuatro o cinco inspiraciones y espiraciones, abren los ojos, miran a su alrededor y regresan a la realidad de la sala.

Se inicia a continuación el diálogo entre las alumnas y las personas que han dirigido la visualización, en el que se podrá hablar sobre lo que han sentido en presencia de la persona que les aprecia y en presencia de sí mismos. Debe hacerles caer en la cuenta de la capacidad que tiene el ser humano para desdoblarse en un “ yo “ conocido y un “ yo “ conocedor, capacidad de la que nace la autoestima.

Juegos de relajación y respiración

## **Tema N.º 12: La autoestima**

### **Objetivo.**

Fortaleces la autoestima de los estudiantes

**Procedimiento:**

(Duración: 10 minutos para contestar y 10 minutos para compartir y dialogar).

Se entrega a cada alumno una hoja con cinco puntos suficientemente espaciados para poder contestarlos por escrito. Dichos puntos pueden ser los siguientes (u otros parecidos):

- A) Menciona los nombres de tres personas por las que te sientas valorada:
- B).Menciona tres aspectos de ti mismo que las personas valoran:
- C) ¿ Cómo te sientes contigo mismo/a en este momento de tu vida: Muy Bien, Bien, Regular, Mal ?. Indícalo.
- D) Menciona los nombres de tres personas a las que tú valores
- E) Escribe las cualidades que tu valoras en esas personas:

**ESTRATEGIA N.º 03.- SENSIBILIZACIÓN CON PADRES DE FAMILIA****1.- Objetivos:**

- Sensibilizar a los padres de familia sobre la importancia de la formación de la autoestima de sus hijos.
- Involucrar a los padres de familia para elevar la baja autoestima de sus hijos, fortaleciendo el crecimiento personal y social.

**2.- Estrategia.**

- Se desarrollarán dos actividades los días domingos de cada semana
- Al iniciar la actividad se realiza un juego de motivación
- Reunión en grupos.
- Diálogos simultáneos.
- Escuchan al ponente.

- Al concluir la actividad se concluye con uno o varios juegos de animación y despedida.
- Cada actividad tendrá una duración de 45 a 60 minutos

### **3.- Fundamentación**

Se sabe que la autoestima no sólo es la valía personal que tenemos sobre el concepto de nuestro propio yo, sino que además es el conjunto de actitudes positivas hacia nosotros mismos: aceptación, seguridad y valoración. No obstante, estas actitudes no se evidencian en los estudiantes, debido a que los padres muestran desconocimiento de la formación de la autoestima de sus hijos. Es por ello, que se ejecutó este taller de sensibilización para que los padres de familia conozcan la importancia de la formación de la autoestima en sus hijos.

### **4.- Desarrollo de la estrategia.**

#### **Tema No. 1: “Alguien muy especial”**

##### **Contenido Teórico**

Conceptualizaciones respecto a la autoestima

Estrategias para desarrollar la autoestima

##### **Aspectos positivos:**

Los padres de familia mostraron interés y entusiasmo en la actividad que se estaba realizando.

##### **Aspectos negativos:**

Se observó falta de autoconocimiento ya que no conocían sus cualidades y no encontraban la forma de describirse a sí mismos; esta situación se debe a que las personas que conviven con estos niños como lo son sus padres solamente les hacen ver más sus defectos que sus cualidades provocando con esto en los niños un sentimiento de incapacidad y de desvalorización que causa baja autoestima.

Esta falta de conocimiento en muchas ocasiones provoca falta de seguridad en sí mismo, ya que provoca un desconocimiento de las cualidades, habilidades y virtudes innatas, llevando al niño o al adolescente a no conocer y saber qué camino tomar ni qué rumbo darle a su vida.

## **Tema No. 2: “Dibujos Cooperativos”**

### **Contenido Teórico**

Como cuidar la autoestima de nuestros hijos

La importancia de valorarlos como niños

### **Aspectos positivos:**

Los padres de familia, manifestaron mucho interés por la actividad, entusiasmo y creatividad, se pusieron de acuerdo en lo que iban a dibujar; repartiendo tareas. Al concluir la actividad y realizar la reflexión se observó entendimiento y comprensión de la enseñanza.

### **Aspectos negativos:**

En la primera parte de la actividad no siguieron todas las instrucciones ya que no siguieron haciendo fila, en la segunda parte mostraron más orden luego de hacerlos reflexionar sobre el orden y el seguimiento de reglas en toda actividad que se realiza.

## **Tema No. 3: “Lo que más me gusta de mí”**

### **Contenido Teórico**

Papel de los padres en la formación de la autoestima

Autoestima y Rendimiento académico

**Aspectos positivos:**

Al inicio de la actividad, los participantes repetían las cualidades que decían los demás compañeros; pero luego de hacerles ver esto trataron de reconocer sus propias cualidades.

**Aspectos negativos:**

Se les dificultó reconocer sus cualidades personales (cariñoso, atento, amable, educado, etc.)

**tema No. 4: “Mis Cualidades”****Contenido Teórico**

La Baja autoestima

La comunicación en la violencia familiar

**Aspectos positivos:**

Se observó satisfacción de que los demás les reconocieran sus cualidades.

**Aspectos negativos:**

Se observó resistencia al reflejarles a sus compañeros sus cualidades, se les dificultó mirar a los ojos al compañero al que le estaban diciendo sus cualidades y viceversa.

**Tema No. 5: “Intercambio de Nombre”****Contenido Teórico**

Indicadores positivos y negativos de la autoestima

Relación entre padres e hijos

**Aspectos positivos:**

Los padres de familia, mostraron más claridad, conciencia y reconocimiento de sus cualidades, se observó también satisfacción de que sí les hayan reconocido sus cualidades.



**Aspectos negativos:**

No se observó ninguno.

**Tema No. 6: “Autorretrato”****Contenido Teórico**

Baja autoestima y estrés en los niños

Relación de la baja autoestima con la agresión

Como sanar la autoestima

**Aspectos positivos:**

Los padres de familia, se divirtieron mucho realizando la actividad artística, mostraron creatividad durante toda la actividad y al realizar el análisis de la actividad dijeron que en retrato se vieron como niños inteligentes, bonitos, capaces, atentos, educados, alegres.

Se logró cumplir con los objetivos propuestos ya que se observó que los niños se sintieran importantes.

**Aspectos negativos:**

En el retrato realizado dijeron que se vieron como unos niños “tristes, irresponsables, tontos, tímidos, que no pueden caminar.

**Tema No. 7: “Gritando el nombre y un Homenaje”****Contenido Teórico**

Práctica de Vivir responsablemente.

La Relación de pareja

**Aspectos positivos:**

Los padres de familia, mostraron que le gustó la actividad, se observó alegría y satisfacción, al momento del análisis dijeron que se sintieron “queridos,

respetados, apreciados y que aprendieron a que hay que respetar a los demás llamándolos por su nombre y reconociendo sus virtudes.

**Aspectos negativos:**

No se observó ninguno.

**Tema No. 8: “Visualización”**

**Contenido Teórico**

Formación de la Autoestima

Inseguridad y baja autoestima

**Aspectos positivos:**

Se pudo ver que los niños y las niñas mostraban alegría y satisfacción por poder moverse con libertad, sin ninguna clase de represión por parte del ambiente que los rodea. Al analizar la actividad dijeron que se sintieron como pájaros libres que volaban; por lo que se deduce que sí se cumplieron los objetivos propuestos ya que experimentaron el sentimiento de libertad y seguridad propia.

**Aspectos negativos:**

Al inicio de la actividad se observó falta de seriedad, por parte de los padres de familia, ya que se reían constantemente al estar con los ojos cerrados; teniéndose que volver a iniciar la narración, al narrar la situación por segunda vez; demostraron seriedad y concentración en la actividad. En dos niñas que son las más calladas se observó un poco de represión al querer sentirse libres.

**Tema No. 9: “Círculo de Amor”**

**Contenido Teórico**

Elementos ligados a la Autoestima

Práctica de Aprender a aceptarse así mismo.

**Aspectos positivos:**

Se observó las actitudes de satisfacción de los padres de familia, porque a cada uno se les reconoció e hizo saber sus cualidades y al finalizar la dinámica se observó la actitud de alegría por estar más conscientes de sus cualidades y virtudes.

Otro aspecto positivo que se visualizó fue que sí se logró cumplir con los objetivos propuestos ya que se sensibilizó en cada uno la importancia de reconocer en los demás sus virtudes y cualidades.

**Aspectos negativos:**

Se les dificultó a seis niños decirle al compañero(a) del centro las cualidades y cosas buenas que habían observado en él o ella; esto se dio más al inicio de la actividad logrando superar esta dificultad con el desarrollo natural del taller.

**Tema No. 10: “Caminata Perceptiva”****Contenido Teórico**

La Asertividad

Los Valores

**Aspectos positivos:**

Los padres que mostraron falta de confianza al ser guiados por los demás la lograron superar al finalizar la actividad y se lograron cumplir con los objetivos más que todo al finalizar la actividad ya que desarrollaron su sentido de confianza en el grupo.

**Aspectos negativos**

Se observó la actitud de falta de confianza en sus compañeros al momento de guiarlos con los ojos cerrados (algunos).

## **Tema No. 11: “Como Soy”**

### **Contenido Teórico**

Autoestima para Padres

Los valores

### **Aspectos positivos:**

Se observaron las actitudes de alegría y satisfacción en los participantes, porque los demás les reconocieran sus cualidades y se logró cumplir con los objetivos ya que cada miembro del grupo expresó a los demás las cualidades que poseen.

### **Aspectos negativos:**

Mostraron un leve bloqueo al saber que la actividad consistía en escribirle a un compañero(a) sus cualidades; posiblemente porque no están acostumbrados a que les reconozcan sus cualidades por lo que se les dificulta reconocerlas en otras personas. Mostraron también bloque al reconocer las virtudes al compañero seleccionado y los objetivos propuestos para este taller fueron cumplidos ya que cada miembro del grupo expresó a los demás las cualidades que poseen.

## **Tema No. 12: “Carteles de Sentimientos”**

### **Contenido Teórico**

Características del niño

Autoconcepto o sentido de Identidad

### **Aspectos positivos:**

Mostraron creatividad al momento de expresar los sentimientos que experimentaron al observar los diferentes estados de ánimo.

Al finalizar el taller se observó tranquilidad por haber expresado y compartido sus sentimientos y vivencias y se lograron cumplir con los objetivos propuestos ya que los niños sintieron y expresaron sus sentimientos por sus experiencias de vida.

**Aspectos negativos.**

Se observaron las actitudes de tristeza;( por no poder caminar, no ver bien, ni oír bien) enojo, alegría (porque hay personas buenas que los han ayudado, son valiosos, inteligentes, capaces).

**Tema No. 13: “Meditación”**

**Contenido Teórico**

Autoestima y Autorealización

El proyecto de Vida

**Aspectos positivos:**

Mostraron creatividad al responder las preguntas planteadas en el análisis, se observó atención, satisfacción por hacer conscientes sus sentimientos de enojo, dolor, tristeza. Y en cuanto a los objetivos propuestos para este taller; se lograron cumplir ya que los niños valoraron y expresaron sus sentimientos.

**Aspectos negativos:**

No se observó ninguno.

**Tema No. 14: “Autogarabato”**

**Contenido Teórico**

Comportamiento del niño con escaso sentimiento de Pertenencia

Liderazgo

**Aspectos positivos:**

Los padres de familia, fueron creativos al momento de crear las diferentes figuras; se observaron actitudes de comicidad por encontrar apariencia graciosa a

sus garabatos, las formas que le encontraron a sus garabatos fueron (lluvia, nubes, sol, líneas revueltas, niños tristes) y el significado que les dieron a sus garabatos fueron: triste por estar en silla de ruedas, alegría por ser especiales y únicos, vida difícil. Y los objetivos se lograron cumplir porque los niños se conectaron consigo mismos y expresaron sus sentimientos.

**Aspectos negativos:**

Las proyecciones de tristeza que manifestaron en sus garabatos.

**Tema No. 15: “Abrazos Musicales”**

**Contenido Teórico**

Sentimiento de Motivación y Finalidad

La familia

**Aspectos positivos:**

Los padres de familia, se divirtieron mucho con la actividad realizada.

**Aspectos negativos:**


Algunos participantes mostraron resistencia a abrazarse por lo que se comenzó con un saludo y después con los abrazos, se observó que siguieron mostrando resistencia a abrazarse; aunque más leve y se lograron cumplir parcialmente con los objetivos (fortalecer la cercanía y unión en el grupo) ya que fue permanente la resistencia, aunque al finalizar se logró romperla un poco más.

**EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE TECNICAS VIVENCIALES**

**Objetivos:**

📖 Descubrir las potencialidades del estudiante, para que valiéndose de ellas se enfrente con éxito a las dificultades encontradas.

📖 Que los estudiantes valoren la autoestima, identificando sus dificultades y reflexionen acerca de su identidad.

 Tomar decisiones sobre el curso de las actividades de aprendizaje, sobre la base de los juicios de valor, para reforzar los aprendizajes o corregirlos de acuerdo con los resultados obtenidos en la evaluación.

### **Indicadores.**

El docente evalúa desde la concepción de mejorar la autoestima. En ese sentido, la evaluación tendrá carácter formativo y no requiere de notas o de algún tipo de calificación.

Se examinarán los avances de los estudiantes hacia los logros que buscamos alcanzar, examinando las potencialidades y las limitaciones de los estudiantes en relación con las áreas trabajadas. Se emplearán fichas de observación como instrumento de medición.

Se tomará en cuenta la percepción u opinión de los estudiantes, profesores y padres de familia.

Instrumento de medición: guías de observación y encuestas, a aplicarse en algunos momentos, durante el desarrollo de los talleres.

### **Procedimientos**

- Definir los términos de referencia de la evaluación.
- Diseñar el procedimiento de la evaluación.
- Evaluar el trabajo en las técnicas vivenciales.
- Elaborar el informe con los resultados finales y difundirlos.

### **Técnicas e Instrumentos.**

- La observación
- Guías de observación de autoestima.

- Resolución de problemas
- Escala de estimación
- Registro auxiliar.

### 3.3. Análisis e interpretación de los resultados de la guía de post observación aplicado a los de los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

**TABLA N.º 06 Sobre las relaciones entre compañeros en el aula**

ITEMS	BUENA		REGULAR		MALA		TOTAL	
	fi	%	Fi	%	Fi	%	fi	%
Confianza en sí mismo	15	53.6	08	28.6	05	17.9	28	100
Rendimiento Escolar	17	60.7	08	28.6	03	10.7	28	100
Visión de uno mismo y de los demás	15	53.6	08	28.6	05	17.9	28	100
Vida personal	16	57.1	08	28.6	04	14.3	28	100
Practica de valores	18	64.3	06	21.4	04	14.3	28	100

Fuente: Guía de post observación aplicada el 17 de julio del 2017- Javier Mori.

Los resultados de la post observación, luego de aplicar las estrategias vivenciales, nos confirman la situación del nivel de autoestima en los niños y niñas, el 53.6% de los estudiantes sobre confianza en sí mismo están el nivel de buena, el 28.6% en el nivel de regular y un 17.9% en el nivel de mala; con relación al rendimiento escolar el 60.7% están el nivel de buena, el 28.6 en el nivel de regular y el 10.7% en mala, en visión de uno mismo y de los demás el 53.6% están en el nivel de buena, el 28.6% en regular y el 17.9% en mala, referente a la vida personal, el 57.1% están en nivel de Buena, el 28.6% en regular y 14.3% en mala, referente a la práctica de valores el 64.3% están en el nivel de buena, y el 21.4% de regular y 14.3% en mala.

En consecuencia, se cumple con la práctica de la integridad personal, de la teoría de los Seis Pilares de la Autoestima de Nathaniel Branden, la misma que



considera a la integridad como la integración de ideales, convicciones, normas, creencias, por una parte, y la conducta por otra. Cuando nuestra conducta es congruente con nuestros valores declarados, cuando concuerdan los ideales y la práctica, entonces si tenemos integridad. En este sentido referente a relaciones entre compañeros en el aula, los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, han elevado considerablemente.

**TABLA N.º 07 Actitud frente a tareas y obligaciones**

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	Fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Actitud de compromiso,	19	67.8	08	28.6	01	03.6	28	100
Es optimista en los trabajos.	18	64.3	06	21.4	04	14.3	28	100
Se esfuerza y es constante	19	67.8	06	21.4	03	10.7	28	100
Se angustia en exceso frente a los problemas.	19	67.8	08	28.6	01	03.6	28	100
Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades.	21	75.0	06	21.4	01	03.6	28	100
Cuando se equivoca es capaz de reconocerlo	22	78.6	04	14.3	02	07.2	28	100
Su actitud es creativa. .	19	67.8	07	25.0	02	07.1	28	100
Es capaz de trabajar en grupo.	20	71.4	04	14.3	04	14.3	28	100

Fuente: Guía de post observación aplicada el 17 de julio del 2017- Javier Mori.

Actitud a que asume frente a las tareas y obligaciones, asume una actitud de compromiso, el 67.8% asume las tareas siempre, el 28.6% dicen que a veces asumen, el 03.6% dicen que siempre asume una actitud de compromiso. Es optimista en relación a sus posibilidades en los trabajos, el 64.3% dicen que siempre, el 21.4% que a veces, el 14.3% que es mala. Se esfuerza y es constante, el 67.8% dicen que siempre se esfuerza, el 21.4% que a veces y el 10.7% sostienen que nunca. Se angustia en exceso frente a los problemas, el 67.8% dicen que siempre se angustian, el 28.6% dicen que a veces y el 03.6% dicen que nunca se angustian. Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades, el 75.0% dicen que siempre lo perciben, el 21.4% sostienen que a veces y el 03.6% dicen que nunca. Cuando se equivoca es capaz de reconocerlo, el 78.6% de los estudiantes

siempre son capaces de reconocer, el 14.3% dicen que a veces y otro 07.1%. Su actitud es creativa, el 67.8% dicen que siempre, el 25.0% sostienen que a veces y el 07.1% que nunca. Es capaz de trabajar en grupo, el 71.4% siempre son capaces, el 14.3% dicen que a veces y el 14,3% que nunca

De los resultados obtenidos, frente a las tareas y obligaciones, luego de aplicar las estrategias vivenciales, podemos afirmar que los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, asumen una actitud activa, con confianza en sus potencialidades, ello genera una alta autoestima y además ayuda a su aprendizaje.

**TABLA N.º 08. Sobre el trato de los padres a sus hijos, en la mejora del nivel de autoestima**

ITEMS	BUENA		REGULAR		MALA		TOTAL	
	fi	%	Fi	%	Fi	%	fi	%
Frente a sus problemas	20	71.4	04	14.3	04	14.3	28	100
Dedicación a sus hijos	17	60.7	08	28.6	03	10.7	28	100
Orientación y consejos	19	67.8	07	25.0	02	07.1	28	100
Disciplina	19	67.8	07	25.0	02	07.1	28	100
Orientación en sus tareas escolares	22	78.6	04	14.3	02	07.1	28	100
Proporcionan los útiles escolares completos	18	64.3	06	21.4	04	14.3	28	100
Felicitan a sus hijos ante logros	22	78.6	04	14.3	02	07.1	28	100
Controlan su aprovechamiento	19	67.8	06	21.4	03	10.7	28	100

Fuente: Guía de post observación aplicada el 17 de julio del 2017- Javier Mori.

La post observación visualiza los resultados sobre el trato de sus padres a sus hijos, es decir la forma como intervienen para elevar o no su autoestima; en relación frente a sus problemas, el 71.4% la relación es buena, el 14.3% es regular y 14.3% es mala, en relación a la dedicación a sus hijos el 60.7% es buena, el 28.6% es regular y un 10.7 es mala, en la orientación y consejos, el 67.8% es buena, el 25.0% es regular y el 07.1% es mala, en relación a la disciplina de los

padres en casa, el 67.8% es buena, el 25.0% es regular y el 07.1 es mala, el padre de familia orienta las tareas escolares, el 78.6% es buena, el 14.3% es regular, proporciona útiles completos, el 64.3% es buena, el 21.4% es regular. Felicita a sus hijos ante los logros obtenidos, el 78.6 es buena, el 14.3% es regular y el 07.1% es mala, los padres de familia controlan su aprovechamiento, el 67.8% es buena, el 21.4% es regular y el 10.7% es mala

Por lo que podemos afirmar que el trato de los padres a sus hijos, en la mejora del nivel de autoestima, Luego de aplicar las estrategias vivenciales es eficiente, ya que un alto porcentaje de estudiantes tienen un trato bueno por parte de sus padres.

**TABLA N.º 09. Sobre el trato de los docentes a los niños y niñas**

ITEMS	BUENA		REGULAR		MALA		TOTAL	
	fi	%	fi	%	Fi	%	fi	%
Valora al estudiante como persona	18	64.3	08	28.6	02	07.1	28	100
Hace uso de la motivación.	17	60.7	08	28.6	04	14.3	28	100
Pone buen ejemplo a sus estudiantes	18	64.3	05	17.9	05	17.9	28	100
Crea ideas y mejora su conocimiento	19	67.8	06	21.4	03	10.7	28	100
Propicia el respeto mutuo	18	64.3	09	32.1	01	03.6	28	100
Es creativo	19	67.8	07	25.0	02	07.1	28	100
Considera la cooperación e interacción	20	71.4	07	25.0	01	07.1	28	100

Fuente: Guía de post observación aplicada el 17 de julio del 2017- Javier Mori.

Sobre el trato de los docentes a los niños y niñas, es decir de su actuación eficiente para elevar la autoestima de los estudiantes. Valora al estudiante como persona, el 64.3% sostiene que es buena, el 38.6% lo valora regularmente y el 07.1% lo hace en forma mala, Hace uso de la motivación, el 60.7% lo hace en forma buena, el 28.6% en forma regular y el 14.3% en forma mala, referente a si pone buen ejemplo a sus estudiantes, el 64.3% lo hace en forma buena, el 28.6% en forma regular y un 14.3% en forma mala, propicia el respeto mutuo, el 64.3% lo

hace en forma buena, el 32.1% en forma regular y el otro 03.6% en buena mala, el docente es creativo, 67.8% de los docentes su creatividad es buena, del 25.0% es regular, considera la cooperación e interacción el 71.4% es buena, el 25.0% es regular y un 07.1% es mala.

Por lo que podemos afirmar que el trato de los docentes los niños y niñas, para la mejora de su autoestima, en la institución educativa, luego de aplicar las estrategias vivenciales es eficiente y ayuda a mejorar la autoestima de los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén.

**TABLA N.º 10 Los niños y niñas poseen autoestima positiva**

ITEMS	Siempre		A veces		nunca		TOTAL	
	fi	%	fi	%	Fi	%	fi	%
Los niños se orientan hacia el bienestar	16	57.1	09	32.1	03	10.7	28	100
Desarrollan comportamientos positivos	15	53.6	08	28.6	05	17.9	28	100
Se valora así mismo	18	64.3	09	32.1	01	03.6	28	100
Se siente muy importante y productivo	18	64.3	07	25.0	03	10.7	28	100
Tiene aprecio consigo mismo	16	57.1	08	28.6	04	14.3	28	100
Cree firmemente en valores y principios	20	71.4	06	21.4	02	07.1	28	100
Obra con confianza por su propio juicio	18	64.3	09	32.1	01	03.6	28	100
No se preocupa por lo que ocurrió en el pasado	17	60.7	08	28.6	03	10.7	28	100
Tiene confianza en su capacidad	19	67.8	07	25.0	02	07.1	28	100
No se deja manipular por los demás	04	14.3	04	14.3	20	71.4	28	100
Disfruta de las diversas actividades	23	82.1	03	10.7	02	07.1	28	100
Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás	24	85.7	03	10.7	01	03.6	28	100
Se considera igual que cualquier otra persona	22	78.6	04	14.3	02	07.1	28	100

Reconoce diferencias en talentos específicos	16	57.1	09	32.1	03	10.7	28	100
Reconoce y acepta sus sentimientos positivos y negativos	19	67.8	07	25.0	02	07.1	28	100

Fuente: Guía de post observación aplicada el 17 de julio del 2017- Javier Mori.

Luego de aplicar las estrategia vivenciales, los resultados nos permiten observa que: Los niños se orientan hacia el bienestar, el 57.1% siempre se orientar hacia el bienestar, el 32.1% lo hace a veces y el 10.7 nunca se orienta, Desarrollan comportamientos positivos, el53.6% siempre lo hace, el 28.6% a veces y el 17.9 nunca desarrolla comportamientos positivos, Se valora así mismo, el 64.3% siempre valora, el 32.1% a veces y el 03.7% nunca valora, Se siente muy importante y productivo, el 64.3% siempre y el 25.0% a veces y el 10.7% nunca, Tiene aprecio consigo mismo,57.1% siempre tiene aprecio consigo mismo, el 28.6% a veces y el 14.3% nunca, Cree firmemente en valores y principios, 71.4% siempre cree, el32.1% a veces y el 07.1% nunca cree, obra con confianza por su propio juicio, 64.2% siempre obra con confianza, el 32.1% a veces y el 03.6% nunca. No se preocupa por lo que ocurrió en el pasado, el 60.7% siempre se preocupa, el 28.6% a veces y el 10.7% nunca. Tiene confianza en su capacidad, el 67.8% siempre tiene confianza, el 25.0% a veces y el 07.1% nunca. No se deja manipular por los demás, el 71.4 nunca se deja manipular, el 14.3% a veces y el 14.3% nunca, Disfruta de las diversas actividades, el 82.1% siempre, el 10.7% a veces y el 07.1% nunca, Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás, 85.7% siempre es sensible, el 10.7% a veces y el 03.6% nunca, Se considera igual que cualquier otra persona, el 78.6% siempre se considera igual, el 14.3% a veces y el 07.1% nunca. Reconoce diferencias en talentos específicos, el 57.1% siempre reconoce, el 32.1% a veces y el 10.7% nunca. Reconoce y acepta sus sentimientos positivos y negativos, el 67.8% siempre reconoce, el 25.0% a veces y el 07.1% nunca

Si tomamos en cuenta la teoría de los seis pilares de la autoestima, como destaca Nathaniel Branden, sosteniendo que como la autoestima es una consecuencia, un producto de prácticas que generan interiormente, entonces podemos afirmar que la autoestima de los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, es alta, ya que un alto porcentaje de estudiantes desarrollan comportamientos positivos y obran con confianza por su propio juicio.

## CONCLUSIONES

1. Según los resultados de la pre observación, los niveles de autoestima de los niños y niñas del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, referente a: Sobre las relaciones entre compañeros en el aula, actitud frente a tareas y obligaciones, sobre el trato de los padres a sus hijos, sobre el trato de los docentes a los niños y niñas y los niños y niñas poseen autoestima positiva, se encuentran el nivel de malo y regular.
2. La Teoría los seis pilares de la autoestima: Nathaniel Branden, entre ellos: La práctica de vivir conscientemente. La práctica de aceptarse a sí mismo y La práctica de asumir la responsabilidad de sí mismo. Sirvieron de base para diseñar las estrategias vivenciales, mediante tres talleres que fueron ejecutados con los estudiantes del III ciclo del nivel primario de la Institución Educativa N.º 16004 Morro Solar
3. Se diseño y elaboró tres talleres: Taller N.º 01 “Clima positivo”. Taller N.º 02 “Desarrollo de la autoestima”. Taller N.º 03 “Sensibilización a padres de familia”, la metodología tiene como sustento el trabajo vivencial y la participación activa, se consideran estrategias como: dinámicas de autorreflexión, Charlas y Seminarios, Trabajo en equipo, dinámicas de demostración, Análisis documental, Redes educativas, Método de ayuda mutua y Método de observación.
4. Los resultados de la post observación: Sobre las relaciones entre compañeros en el aula, actitud frente a tareas y obligaciones, sobre el trato de los padres a sus hijos, sobre el trato de los docentes a los niños y niñas y los niños y niñas poseen autoestima positiva, demuestran la eficacia y eficiencia de las estrategias vivenciales basada en la teoría de Nathaniel Branden, para que los niños y niñas del III ciclo del nivel primario.

## RECOMENDACIONES

1. Se debe motivar y estimular a los docentes del nivel primaria de la institución educativa N.º 16004 Morro Solar, Jaén, a fin de que pongan en práctica el trabajo propuesto y que eleven su nivel de actividad docente, a fin de eliminar las causas que generan este gran porcentaje de estudiantes con una baja autoestima.
2. Siendo la finalidad hacer efectiva la propuesta estrategias vivenciales para elevar el nivel de autoestima de los estudiantes”, se sugiere ser insertada en el Proyecto Educativo Institucional y que forme parte de las políticas a nivel de la UGEL-Jaén así como de las políticas regionales, en tanto que se debe institucionalizar la propuesta por parte del Gobierno Regional de Cajamarca
3. Es importante que el modelo teórico y la propuesta expuestos en esta trabajo sirvan como elemento motivador a otros educadores y que sean valorados, adaptados y aplicados a los diferentes escenarios educativos que presentan similar problemática.



## **BIBLIOGRAFÍA GENERAL**

- Acevedo, M. (1980). Ejercicio de dinámica de grupo. México. Noriega.
- Acevedo, M. Ejercicio de dinámica de grupo. (1980). México. Noriega.
- Ausubel, David, NOVAK D. Joseph, HANESIAN, Helen. (1993). Psicología Educativa (sexta Edición). México. Trillas.
- Ausubel, David Paul. (1983). Teoría del Aprendizaje Significativo. México. Trillas.
- Branden, Nathaniel. (1995) Seis Pilares de la Autoestima, Buenos Aires-Argentina. Ibérica S.A.
- Bruscia, KE. (1998). Defining Music Therapy, NH: Barcelona-España. Publishers.
- Calsín Mamani, R. (1977). Metodología de la Investigación: Puno-Peru. Titicaca.
- Cuadros Paz, L. y otro: (1999). Métodos básicos de la investigación. México. Trillas.
- Campaña, Eduardo y MUÑOZ, Mirtha, (2003). Varón y Mujer Los creó. San José - Costa Rica. Cali.
- Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular. (2005). Lima Perú. Ministerio de Educación.
- Emil Frankl Viktor. (1905-1998). Teorías de la personalidad. Alemania. "www.bibliotecas unc eduar/cgi-bin/libreo-filo.
- Eysenck, Hans (1916-1997). Teorías del temperamento. Alemania. www.psicología online.com/ebooks/personalidad/eysenck.

- Francés, Mayfarth. (1948). Human Beings I Have Known.- Adventures in Human Relations. (Boletín para la [educación](#) de la infancia). Washington, D.C: The Association.
- F.I.S., Factores de riesgo, protección y resiliencia. (1997). Fundación de Investigaciones Sociales, México
- Garma, A. y Elexpuru I, (1999). El Autoconcepto en el aula: Recursos para el profesorado. Barcelona-España. Edebé.
- Gaja Jumeandreu, Raimon. (2004). Bienestar, Autoestima y Felicidad. Colombia. Norma.
- Geneyro, Juan Carlos: (1990). Pedagogía y/o Ciencias de la Educación: México. CESU / UNAM.
- Gillham L., Heber. (1991). Cómo ayudar a los niños a aceptarse a sí mismos y a aceptar a los demás (3ra edición). Educador. Paidós.
- Goleman, Daniel "Autoestima clave del desarrollo personal". (1992). EE.UU. [www.laidergc.com/senderos/docs](http://www.laidergc.com/senderos/docs).
- Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos y PILAR BAPTISTA, Lucio. (2006): Metodología de la investigación. (4ª ed). México: McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A.
- Jean R., Felpan. (2005). Autoestima para niños.-Primera edición. Lima-Perú. Orvis VENTURES SAC.
- Lizarraga F, Jesús, ESQUICHE B, Manuel, Campos T. Saúl. (2006). Aprendizaje significativo y estrategias de metodología activa. Arequipa-Perú. U.C.Sta. María.
- Martinez Palacios, R. (2005). Guía Metodológica de Educación Física: Arequipa-Perú. DREA.

- Mendoza Gutiérrez, F y otro. (1998). Estadística para ciencias de la educación. Puno-Perú. Titicaca.
- Michelson, L; Sugay, D.; Kadzún, A. (1987). Las habilidades sociales en la infancia. Madrid - España: Martínez Roca.
- Ministerio De Educación. (2007). Tutoría y Orientación Educativa en la educación primaria. Lima-Perú. MINEDU.
- Montes De Oca Serpa, Jesús (2005). Guía para Estilos de vida saludable. Lima Perú. Ministerio de Educación.
- Pegger, Paúl D y KAUCHK, D. (1996). Estrategias Docentes: Buenos Aires- Argentina. REVISTA LÍMITE N° 11.
- Peña Y Lillo, Claudia (2003). Taller de Autoestima. La Florida -Santiago – Chile. Paulinas.
- Roche Olivos, Robert. (1997). Psicología y educación para la prosocialidad. Argentina. Red Federal De Formación Docente Continua.
- Sánchez Ramírez, Rosa Elena. (2008). Guía Metodológica para la elaboración del Informe de Tesis. Lambayeque-Perú.
- Schneider, Sandra. (2004). Más Allá del constructivismo. Colombia. Printer Colombiana S.A.
- Sigmund. Freíd. (1856-1939). Teorías de la personalidad. Francia. "WWW psicología online.com/ebooks/personalidad/freíd.
- Shibutani, Tomotsu. (1998). "Psicología social y psicología. Barcelona-España. Paidós.
- Vygotsky, Lev. S. (1902-1987). Teoría socio cultural. WWW psicología online.com/ebooks/personalidad/rogers.

- Voli Ferrari, Franco, (1996), Autoestima Para Padres. **Barcelona**- España. San Pablo.

## REFERENCIAS ELECTRÓNICAS

- <http://www.monografias.com/trabajos16/autoestima/autoestima.shtml>
- <http://es.wikipedia.org/wiki/Autoestima>
- <http://dinamicasgrupales.blogspot.com/2009/01/tipos-de-tnicas-1-tnicas-vivenciales.html>
- <http://roble.cnice.mecd.es/~fromero/violencia/intro.htm>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+EUROPA&meta=&aq=f&oq=>
- <http://roble.cnice.mecd.es/~fromero/violencia/intro.htm>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+AFRICA&meta=&aq=f&oq=>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+LA+SOCIEDAD+OCCIDENTAL&meta=&aq=f&oq=>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+AMERICA+LATINA&meta=&aq=f&oq=>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+VENEZUELA&meta=&aq=f&oq=>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+GUATEMALA&meta=&aq=f&oq=>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEM%C3%81TICA+DE+LA+AUTOESTIMA+EN+COLOMBIA&meta=&aq=f&oq=>

- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=PROBLEMA%20DE%20LA%20AUTOESTIMA%20EN%20BOLIVIA&meta=&aq=f&oq=>
- [amfoschiatti@hum.unne.edu.ar](mailto:amfoschiatti@hum.unne.edu.ar)
- [www.alcmeon.com.ar](http://www.alcmeon.com.ar) [alcmeon@gmail.com](mailto:alcmeon@gmail.com)
- [www.aprodeh.org.pe](http://www.aprodeh.org.pe) y el blog [reflexionesperuanas.blogspot.com](http://reflexionesperuanas.blogspot.com)
- [www.lainsignia.org](http://www.lainsignia.org)
- <http://www.psicopedagogia.com/definicion/teoria%20del%20aprendizaje%20de%20vigotsk>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&source=hp&q=TEORIA%20DE%20LOS%20PILARES%20DE%20LA%20AUTOESTIMA%20DE%20NATHANIEL%20BRANDEN&meta=&aq=f&oq=>
- <http://www.cidse.itcr.ac.cr/revistamate/Contribucionesv3n2002/educacion/pag1.html>
- <http://es.wiktionary.org/wiki/pedagog%C3%ADa>
- <http://es.wikipedia.org/wiki/Pedagog%C3%ADa>
- <http://www.google.com.pe/search?hl=es&q=definicion+de+didactica&meta=&aq=f&oq=>
- <http://willyfigueroa.wordpress.com/2009/04/29/definicion-de-didactica/>
- [http://www.google.com.pe/search?hl=es&defl=es&q=define:Curriculum&ei=m4ZDS\\_XTF4vIAeU3u2SBw&sa=X&oi=glossary\\_definition&ct=title&ved=0CAcQkAE](http://www.google.com.pe/search?hl=es&defl=es&q=define:Curriculum&ei=m4ZDS_XTF4vIAeU3u2SBw&sa=X&oi=glossary_definition&ct=title&ved=0CAcQkAE)
- [http://educar.jalisco.gob.mx/12/12Ana\\_A.html](http://educar.jalisco.gob.mx/12/12Ana_A.html)
- <http://www.aulafacil.com/cursoautoestima/Temario.htm>
- [http://kidshealth.org/teen/en\\_espanol/mente/self\\_esteem\\_esp.html](http://kidshealth.org/teen/en_espanol/mente/self_esteem_esp.html)
- <http://www.fluvium.org/textos/documentacion/fam200.htm>
- <http://www.psicologiaonline.com/autoayuda/autoestima/autosuperacion.shtml>

- <http://casadealabanzacr.com/images/predicacionesenlinea/comovenbajautoestima.pma.p>
- <http://www.psicopedagogia.com/definicion/autoestima>
- [http://www.google.com.pe/search?hl=es&defl=es&q=define:autoafirmacion&ei=VL4iS6CsFoy1tgelhdXgBw&sa=X&oi=glossary\\_definition&ct=title&ved=0CAcQkAE](http://www.google.com.pe/search?hl=es&defl=es&q=define:autoafirmacion&ei=VL4iS6CsFoy1tgelhdXgBw&sa=X&oi=glossary_definition&ct=title&ved=0CAcQkAE)
- <http://casadealabanzacr.com/images/predicacionesenlinea/comovenbajautoestima.pdf>
- [http://ucvvirtual.edu.pe/portal/escuelas/psicologia/tesis\\_ps/TESIS/T208.doc](http://ucvvirtual.edu.pe/portal/escuelas/psicologia/tesis_ps/TESIS/T208.doc)
- [http://docentes.uacj.mx/flopez/Cursos/Didactica/DefinicionesDeCurriculo\(N\).pdf](http://docentes.uacj.mx/flopez/Cursos/Didactica/DefinicionesDeCurriculo(N).pdf)
- <http://www.psicopedagogia.com/definicion/didactica>
- <http://www.psicopedagogia.com/definicion/dinamica%20de%20grupo>
- <http://definicion.de/motivacion/>
- <http://www.monografias.com/trabajos16/autoestima-motivacion/autoestima-motivacion.shtml>
- <http://www.psicopedagogia.com/definicion/pedagogia>
- <http://www.psicopedagogia.com/definicion/programa%20educativo>
- [http://www.google.com.pe/search?hl=es&defl=es&q=define:Social&ei=dW9MS87KHtSPtgf2ivDeDA&sa=X&oi=glossary\\_definition&ct=title&ved=0CAcQkAE](http://www.google.com.pe/search?hl=es&defl=es&q=define:Social&ei=dW9MS87KHtSPtgf2ivDeDA&sa=X&oi=glossary_definition&ct=title&ved=0CAcQkAE)
- [http://www.facmed.unam.mx/eventos/seam2k1/2006/may03\\_ponencia.html](http://www.facmed.unam.mx/eventos/seam2k1/2006/may03_ponencia.html)
- [http://es.wikipedia.org/wiki/Zona\\_de\\_Desarrollo\\_Pr%C3%B3ximo](http://es.wikipedia.org/wiki/Zona_de_Desarrollo_Pr%C3%B3ximo)

# **A N E X O S**

## ANEXO

UNIVERSIDAD NACIONAL “PEDRO RUIZ GALLO” – LAMBAYEQUE

FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

### GUÍA DE OBSERVACIÓN PARA ANALIZAR E IDENTIFICAR LOS NIVELES DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL III CICLO DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N.º 16004 MORRO SOLAR, JAÉN.

CÓDIGO “A”: RELACIÓN ENTRE NIÑOS EN EL AULA			
ITEMS	Buen a	Regular	Mala
Confianza en sí mismo			
Rendimiento			
Visión de uno mismo y de los demás			
Vida personal			
Practica de valores			
CÓDIGO “B”: TRATO DE LOS PADRES A SUS HIJOS			
ITEMS	Buen a	Regular	Mala
Frente a sus problemas			
Dedicación			
Orientación y consejos			
Disciplina			
Orientación en sus tareas escolares			
Proporcionan los útiles escolares completos			
Felicitan a sus hijos ante logros			
Controlan su aprovechamiento			
CÓDIGO “C”: TRATO DE LOS PROFESORES			
ITEMS	Buen a	Regular	Mala
Valora al estudiante como persona			
Hace uso de la Motivación.			
Pone buen ejemplo a sus estudiantes			
Crea ideas y mejora su conocimiento			
Propicia el respeto mutuo			
Es creativo			
Considera la cooperación e interacción			
CÓDIGO “D”. AUTOESIMA DE LOS NIÑOS Y NIÑAS			
ITEMS	Siem pre	A veces	Nunca



Los niños se orientan hacia el bienestar			
Desarrollan comportamientos positivos			
Se valora así mismo			
Se siente muy importante y productivo			
Tiene aprecio consigo mismo			
Cree firmemente en valores y principios			
Obra con confianza por su propio juicio			
No se preocupa demasiado por lo que ocurrió en el pasado			
Tiene confianza en su capacidad			
No se deja manipular por los demás			
Disfruta de las diversas actividades			
Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás			
Se considera igual que cualquier otra persona			
Reconoce diferencias en talentos específicos			
Reconoce y acepta sus sentimientos positivos y negativos			