



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO

**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO
SOCIALES Y EDUCACIÓN**



**Unidad de Posgrado de
Ciencias Histórico Sociales y Educación**

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN
CIENCIAS DE LA EDUCACION**

Propuesta de programa de habilidades sociales para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, Provincia Chiclayo, Región Lambayeque, 2015.

Tesis presentada para optar el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación con Mención en Psicopedagogía Cognitiva

AUTORAS: MAYRA SUGELY COPIA YOVERA

LIDIA MILAGROS LLONTOP MAYRA

ASESOR: Dr. JORGE ISAAC CASTRO KIKUCHI

Chiclayo – Perú

2015

Propuesta de programa de habilidades sociales para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, Provincia Chiclayo, Región Lambayeque, 2015.

Bach. MAYRA SUGELY COPIA YOVERA
AUTORA

Bach. LIDIA MILAGROS LLONTOP MAYRA
AUTORA

DR JORGE ISAAC CASTRO KIKUCHI
ASESOR

Presentada para optar el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación con mención en Psicopedagogía Cognitiva

APROBADA POR:

Dr. Manuel Bances Acosta
PRESIDENTE

M.Sc. Martha Ríos Rodríguez
SECRETARIA(O)

Dra. Laura Altamirano Delgado
VOCAL

LAMBAYEQUE – PERU,
2015

DEDICATORIA

A Dios:

Por habernos permitido llegar hasta este punto
y haberme dado salud, para lograr mis objetivos,
además de su infinita bondad y amor

A nuestros padres:

Por habernos apoyado en todo momento por sus
consejos, sus valores, por la motivación constante
que me ha permitido ser una persona de bien, pero
más que nada por su amor.

AGRADECIMIENTO

Le agradezco Dios por habernos acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad

Le doy gracias a mis padres: Ricardo y Flor por apoyarme en todo momento, por los valores que nos han inculcado y por darme la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de mi vida

Le doy gracias a mi esposo por su apoyo infinito y por ser un excelente amigo

Lidia Milagros

Le agradezco a Dios por haberme permitido vivir hasta este día, haberme guiado a lo largo de mi vida, por ser mi apoyo, mi luz y mi camino. Por haberme dado la fortaleza para seguir adelante en aquellos momentos de debilidad.

Le doy gracias a mis padres: Marcos y María por todo el apoyo brindado a lo largo de mi vida, por darme la oportunidad de estudiar esta carrera. Y por promover el desarrollo y la unión familiar en esta nuestra familia.

ÍNDICE

Resumen	
Abstract	
Introducción	
CAPITULO I	
Análisis del objeto de estudio	11
Metodología de la Investigación	21
CAPITULO II	
Marco Teórico	
Antecedentes del Problema	25
Base Teórica	30
Autoestima	30
Características.	31
Componentes.	32
Importancia.	32
Niveles.	33
Habilidades Sociales	35
Definición.	36
Importancia.	36
Programa	36
Programas de Potenciación de la Autoestima.	37
Programa de Ampliación del Autoconocimiento:	37
Inteligencia Emocional	37
Inteligencias Múltiples.	38
Teoría de la Enseñanza Humanística.	39
Teoría Cognitivo Social del Aprendizaje:	39
<i>Programa de Modificación de Conducta</i>	41
<i>Fases de un Programa de Modificación Conductual</i>	42
Estrategias para Registrar la Conducta	43
Bases Teóricas y Experimentales	44
Reforzamiento Positivo	45
Reforzamiento Negativo	45
Moldeamiento	47
Encadenamiento	48
Marco Conceptual	

Autoestima.	49
Irresponsabilidad.	53
Dispersión.	54
Consciencia.	56
Responsabilidad.	57
Racionalidad.	58
Productividad.	59
Timidez.	60
Agresividad.	61
Asertividad.	62
CAPITULO III	
Resultados y Discusión.	
Análisis e Interpretación de los Datos	63
Propuesta de Programa	65.
Conclusiones	73
Recomendaciones	74
Referencias Bibliográficas	75
Direcciones Electrónicas.	78
Anexos	79

RESUMEN

En las últimas décadas se ha incrementado enormemente los comportamientos de estudiantes que distorsionan el ambiente dentro del aula, deteriorando las relaciones interpersonales lo cual dificulta el proceso de aprendizaje, son numerosas las conductas que observamos a diario en nuestra labor como docente, viviéndolas con ansiedad e impotencia, ya que no nos permite cumplir con nuestra tarea de manera eficiente y causando en el estudiante un bajo rendimiento escolar. Estos comportamientos inapropiados tienen relación con la baja autoestima, la misma que se produce por la interacción del niño con su entorno familiar, ambiental y educativo entre otros, serán factores precisos de la evolución y desarrollo de esta conducta. Es vital optimizar las conductas en los niños, de forma que desarrollen sus potencialidades, adopten aptitudes, valores y habilidades sociales que les permita relacionarse de manera positiva. Para ello es necesario optar técnicas y estrategias innovadoras que permitan mejorar la situación. Se trabajaran de forma progresiva, hasta lograr que el niño adopte un comportamiento adecuado.

En este sentido y siguiendo la propuesta tenemos que el problema de la investigación ha quedado definido así: Se observa en el proceso docente educativo de los estudiantes del tercer grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque, baja autoestima; esto se manifiesta en la poca valoración que tienen de sí mismos, escasas relaciones interpersonales e inseguridad para resolver problemas y tomar decisiones. Lo que genera depresión, inseguridad y limitada capacidad para la toma de decisiones.

La presente investigación la abordamos en tres capítulos en el capítulo I hacemos una descripción del objeto de estudio y señalamos la metodología a seguir en la Investigación, en el capítulo II señalamos el marco teórico, en el mismo que sustentamos nuestro trabajo con las bases teóricas y conceptuales En el capítulo III se hace la interpretación de la información recogida, en el mismo que se plasma la propuesta de un programa de habilidades sociales para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque.

ABSTRACT

Increase is student behavior distorting atmosphere in the classroom, deteriorating relationships which makes the process of learning, there are many behaviors we see every day in our work as a teacher, living them anxiously greatly in recent decades and impotence, it does not allow us to fulfill our task efficiently and in the student causing poor school performance. These inappropriate behaviors are related to low self-esteem, the same that is produced by the interaction of the child with his family, environmental and educational environment among others, be precise factors of evolution and development of this behavior. It is vital to optimize behavior in children, so that develop their potential, to adopt attitudes, values and social skills that yield them to interact positively. This requires opt innovative techniques and strategies to improve the situation. They work gradually, until the child adopt appropriate behavior.

In this sense, following the proposal we have the problem of research has been defined as follows: It is observed in the educational process of the third graders of Elementary Education of School No. 11011 Lord of Miracles district Jose Leonardo Ortiz, Chiclayo province, Lambayeque Region, low self-esteem; this is manifested in the low valuation of themselves, relationships and insecurity little to solve problems and make decisions. Generating depression, insecurity and limited capacity for decision-making.

This research is addressed in three chapters in Chapter I do a description of the object of study and point out the methodology followed in the research, Chapter II noted the theoretical framework, the same that sustain our work with the theoretical basis and Chapter III conceptual interpretation of the information collected is made in the same as the proposal of a social skills program for low self-esteem than students in the third grade of primary education of School No. 11011 Lord plasma Miracles district of José Leonardo Ortiz, Chiclayo province, Lambayeque Region

INTRODUCCIÓN

El trabajo desarrollado tiene por finalidad recoger seleccionar, y sistematizar los postulados que aparecen en la literatura pedagógica en relación con uno de los problemas más recurrentes en el quehacer educacional actual, nos referimos a los bajos niveles de autoestima , en este caso de los niños del tercer grado de educación primaria de la institución educativa n° 11011 señor de los milagros del distrito de José Leonardo Ortiz

Bajo esta óptica, el trabajo se orienta en torno a un objetivo que cumple el rol de eje de análisis en torno a discernir cuales son los factores que inciden en la baja autoestima y en la búsqueda de elementos de juicio que permitan la formulación de alternativas de mejoramiento.

En lo específico se propone establecer las relaciones de interdependencia que caracterizan las habilidades comunicativas y los bajos niveles de autoestima, con la finalidad de sistematizar algunas de las estrategias metodológicas que se plantean en el programa para estimular el desarrollo de la modificación de la conducta.

Por lo expuesto, se debe entender este trabajo fundamentalmente como una investigación – propositiva, tendiente a organizar una información existente, frente a la cual se pretende entregar una orientación que sirva de contexto al profesor y le permita comprender cuál es la verdadera relevancia de la modificación de las conductas en los procesos de formación de los alumnos. El **objeto de estudio**, Es el proceso docente educativo de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque. **Y el campo de acción** es el proceso de diseñar, elaborar, sustentar y proponer un programa de habilidades sociales para superar la baja autoestima. **Objetivo General Diseñar**, Diseñar elaborar y proponer un programa de habilidades sociales, sustentado en las teorías científicas de la sicopedagogía cognitiva, habilidades sociales y la autoestima para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque. **Objetivos específicos: Analizar los niveles de autoestima** de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque a través de los siguientes indicadores: a) La seguridad que tienen de sí mismos, b) Mejorar su autoconcepto c) Desarrollar su sentido de pertenencia e integración d) Seguridad para modificar un comportamiento determinado y e) desarrollar la capacidad de aprender permanentemente. **Elaborar el marco teórico de la investigación** con

las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, la didáctica, habilidades sociales y la autoestima para describir y explicar el problema, analizar e interpretar los resultados de la investigación y elaborar la propuesta. **Diseñar, elaborar y proponer un programa** de habilidades sociales, sustentado en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, la didáctica, habilidades sociales y la autoestima para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque. Y se define la **hipótesis**, Si se diseña, elabora y propone un programa de habilidades sociales, sustentado en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, la didáctica, habilidades sociales y la autoestima; entonces se superaría la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque; de tal modo que logran una alta valoración de si mismos, relaciones interpersonales y seguridad para resolver problemas; por lo tanto, reducir de manera significativa la depresión, conseguir seguridad y desarrollar la capacidad para la toma de decisiones.

CAPÍTULO I

I: ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1. UBICACIÓN

departamento de Lambayeque, está ubicado en la Costa norte del Perú y Limita con las regiones Piura y La Libertad por el norte y sur respectivamente, así como, con la región Cajamarca por el este y a su vez con el océano Pacífico por el oeste. Es considerada la región *más costeña*, pues sólo una pequeña extensión de su territorio llega a la Sierra. Es, además, la segunda Región más densamente poblada del Perú.

El presidente José Balta proyectó la creación del departamento de Lambayeque por Decreto Supremo del 7 de enero de 1872 y el primero de diciembre de 1874 se confirmó su creación por el dispositivo legal firmado por el Vicepresidente Manuel Costas; en su origen sus provincias fueron Chiclayo y Lambayeque y su capital la ciudad de Chiclayo, ambas provincias desmembradas del departamento de la Libertad. Sus Ríos más importantes son: La Leche, Chancay, Saña y Motupe, sus abras están ubicadas en Tembladera (a 3.650 msnm) en Ferreñafe; Quesería (a 2.550 msnm) en Lambayeque; Escalera (a 1.600 msnm) en Lambayeque y sus islas son: Lobos de Tierra y Lobos de Afuera. El clima es semitropical; con alta humedad atmosférica y escasas precipitaciones en la costa sur. La temperatura máxima puede bordear los 35 °C (entre enero y abril) y la mínima es de 15°C (mes de julio). La temperatura promedio anual de 22,5 °C.

En verano fluctúa entre 20°C como mínimo y 30°C como máximo; cuando el tiempo es caluroso, lo cual sucede de manera esporádica, la temperatura fluctúa entre 30-35°C. En invierno la temperatura mínima es de 15°C y máxima de 24°C. Por lo general a medida que se aleja del mar avanzando hacia el este hasta los 500 msnm la temperatura se va elevando, sintiéndose principalmente a medio día un calor intenso, como se puede apreciar en Pucalá, Zaña, Chongoyape, Oyotún, Nueva. Arica.

Tiene una ubicación de: Latitud sur: 5° 28' 37", Longitud oeste: entre meridianos 79° 53' 48" y 80° 37' 24", altitud de la capital: 29 msnm., Superficie: 14,231 kilómetros cuadrados, población: 1'088,505 habitantes y su capital: La ciudad de Chiclayo.

La ubicación estratégica de Lambayeque, como zona de confluencia de flujos económicos y poblacionales provenientes de la costa, sierra y selva; la vocación agrícola de sus pobladores y la tradición agroindustrial (industria azucarera, especialmente), son los factores que explican la estructura y dinámica productiva del departamento de Lambayeque.

Sus Principales actividades productivas son la agricultura que representa la décima parte del VAB departamental. Se ha desarrollado históricamente en base a la siembra de tres cultivos (arroz, maíz amarillo duro y caña de azúcar), que significan, conjuntamente, la instalación de más de 100 mil hectáreas. Sólo se aprovecha 177 mil hectáreas bajo riego, de un potencial agrícola de 270 mil hectáreas. En aras de superar esta restricción, está en marcha el Proyecto Hidroenergético de Olmos y se mantienen en cartera los proyectos de Tinajones, Zaña y Jequetepeque.

Lambayeque es el primer productor de arroz a nivel nacional, dando cuenta actualmente del 15 por ciento de la producción de este cereal en el país. En el 2007 se alcanzó una cosecha de 41 mil hectáreas; siendo el nivel récord de 60 mil hectáreas, logrado en el 2002. Sin embargo, al igual que en otras regiones del norte del país.

Tradicionalmente, la variedad de algodón sembrada en Lambayeque ha sido la Del Cerro; sin embargo, en los últimos años ha adquirido relevancia el híbrido israelí Hazzera. Es así que de una superficie algodонера de 298 hectáreas en el año 2002 se ha pasado en la actualidad hasta las 12 mil hectáreas. Lambayeque aporta la cuarta parte de la producción nacional de azúcar.

Las empresas azucareras son Tumán, Pomalca, Agro Pucalá y Azucarera del Norte.

El comercio representa el 28,4%. Sustenta su aporte básicamente en el hecho de constituir Chiclayo, una importante zona de confluencia de agentes económicos provenientes de las tres zonas naturales: de la costa (Piura, Lambayeque, Trujillo) y de la sierra y selva (Amazonas, San Martín y Cajamarca).

La actividad manufacturera representa el 12,2 por ciento de la producción departamental. Radica básicamente en el aprovechamiento de caña para la producción de azúcar y en la molinería de arroz. Motupe y Olmos, dedicado al

procesamiento de mango, maracuyá y limón, principalmente. Y es sede de una de las más importantes plantas cerveceras del grupo Backus. En cuanto a transporte tenemos los puertos marítimos de: Eten y Pimentel.

Los inciertos orígenes de la civilización de los Lambayeque, admirados por su orfebrería, se remontan hasta el legendario rey Naylamp, quien llegó por mar y decretó la adoración de Yampallec. Quizá la cultura Lambayeque o Sicán aparece cuando colapsa la cultura Moche debido a la intrusión de un nuevo concepto social, ideológico y estilístico llamado Wari. Siglos después fueron incorporados al reino Mochica. Chimú, distinguiéndose por sus extraordinarias obras hidráulicas como el canal de Raca Rumi, que unía Chongoyape con la costa. Finalmente, en las luchas que abarcaron cuatro décadas, los incas sometieron a los chimús apenas un siglo antes de la invasión española.

En las acciones por la Independencia del Perú independencia se distinguió el prócer Juan Manuel Iturregui. Los marinos chilenos Elías Aguirre Romero y Diego Ferré pelearon en el "*Huáscar*" y murieron en el Combate Naval de Angamos durante la guerra con Chile.

PROVINCIAS DEL DEPARTAMENTO DE LAMBAYEQUE

Nº	Provincia	Población	Capital	Distritos
1	Chiclayo	757.452	Chiclayo	20
2	Lambayeque	259,274	Lambayeque	12
3	Ferreñafe	96.142	Ferreñafe	6

Lambayeque cuenta con las universidades: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Universidad San Martín de Porres, Universidad Particular de Chiclayo, Universidad Privada Señor de Sipán y Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Universidad Privada Alas Peruanas.

Sus costumbres se caracteriza por la alegría de sus bailes, como el baile de la Marinera Norteña y también el tondero y la cumanana, que viene de las ciudades colindantes con Morropón, en Piura. Aunque claro está, también se practica la Marinera Atonderada que es netamente de Lambayeque y también es común encontrarla en Bajo Piura y en Tumbes como forma desprendida de ambos: la Zamacueca o versión Marinera Norteña y el Tondero Piurano. También se practica la medicina folclórica o curanderismo utilizando hierbas y otros productos, así como ritos mágicos. Una estampa tradicional es la presentación

del Caballo Peruano de Paso montados por expertos chalanos. Las peleas de gallos de pico y navaja, son motivo de reunión de numerosos aficionados en las reuniones de familia y festividades.

Lambayeque, y, es considerada como la tierra del buen comer, del buen beber y un sitio significativo de la gastronomía del Perú. Su cocina se remonta a los tiempos ancestrales y sus secretos han ido pasando de generación en generación como: chingurito, el cebiche de pescado, los mariscos, chirimpi, panquitas, cecinas y humitas, todos acompañados de yucas sancochadas y mote el arroz con pato a la chichlayana, el seco de cabrito, la causa ferreñafana, El frito (chancha), chilcano de pescado, los aguaditos, el espesado, pepián de pavo y tortilla de raya. Los dulces típicos son el King Kong de manjar blanco y de otros sabores, los dátiles rellenos, alfeñique, maní confitado, el machacado de membrillo, los picarones y la conserva de higos. La artesanía en la Región Lambayeque está basada en materiales como la paja toquilla y palma, fibras vegetales como el mimbre, el laurel, el saucillo y textiles como telares de cintura marcados y bordados. Complementan la actividad artesanal productos de cerámica, utilitaria y artística, orfebrería y cuero.

Su nivel cultural, es parte de los problemas que afronta el sector Educación en Lambayeque es la limitación presupuestaria, y la deficiencia de la gestión estatal. La educación brindada en colegios del sector rural es deficiente.

La "escuela" tiene una presencia permanente en las comunidades rurales, su espacio cumple un rol protagónico para el desarrollo local, diríamos con mayor precisión, contribuyen al desarrollo humano. En ella también podemos encontrar diversos rasgos que la hacen distinta una de otra, generalmente determinadas por las características de la población, por ello tienen algunas necesidades y demandas que requieren ser atendidas con una intervención que sea pertinente a su constitución que en nuestro caso corresponde a su esencia multigrado.

La Unidad de Estadística del Ministerio de Educación clasifica a los Centros Educativos en poli docente completo (cuando cada grado tiene un profesor); poli docente multigrado (cuando un profesor tiene a su cargo dos o más grados), y uni docente (cuando un solo profesor atiende a todos los grados que funcionan en la escuela), los cuales existen en las zonas rurales.

Referirnos específicamente al aula multigrado supone encontrar en ella una heterogeneidad de alumnos, es decir, niños y niñas que cursan grados diferentes, de edades también diferentes y con niveles de desarrollo de capacidades, habilidades y actitudes consecuentemente distintas.

Sin embargo podemos constatar los altos niveles de desigualdad que se reflejan en las escuelas rurales como resultado de la discriminación, la exclusión y las condiciones de pobreza del departamento, más visibles aún en las poblaciones campesinas e indígenas y comunidades dispersas, a las que podríamos agregar todavía una baja calidad educativa en relación con la que se ofrece en los ámbitos urbanos.

Esta diversidad ocasiona que la participación de los alumnos no pueda ser la misma en todos los casos, por lo tanto, demandan de parte del docente una intervención diferenciada, de manera que los aprendizajes de los niños se desarrollen a partir de sus propias características. Sin embargo no debe entenderse que la diversidad constituye una dificultad, por el contrario, crea oportunidades para enriquecer las experiencias de aprendizaje de los alumnos, pero para que puedan ser aprovechadas pedagógicamente se requieren docentes preparados.

Se percibe que gran parte de la población, en especial la más pobre de las zonas rurales y alto andinas, no concluye su educación por problemas económicos debido a la falta de fuentes de trabajo y apoyo al sector agrario que es la fuente de captación de recursos de esta gente. La educación rural en el departamento de Lambayeque es aquella que se da en un ámbito territorial caracterizada por estar alejada de la ciudad o ser de difícil acceso; está conformada por una población minoritaria y dispersa, con una economía basada en la agricultura y el trabajo temporal, donde las familias establecen entre sí fuertes lazos debido a las relaciones de parentesco y de la vida en comunidad; donde los niños y las niñas cumplen roles distintos al asumir un conjunto de responsabilidades dentro de la familia (de tipo doméstico) y en la comunidad (de tipo productivo). El análisis de la educación rural nos confirma su problemática la cual tiene consecuencias para el desarrollo educativo nacional, entre ellas: Baja calidad del servicio educativo debido a la falta de pertinencia de la propuesta educativa, limitado tiempo de trabajo en las aulas a efecto de las distancias existentes entre la

escuela y las comunidades de donde provienen los alumnos, altos niveles de extra edad (cuando la edad del estudiante no corresponde al año que cursa), ausentismo, deserción (no culminan el sexto grado de primaria) y repetición, Poca cobertura de los niveles de inicial y secundaria.

Otros aspectos que influyen en la problemática existente del mundo educativo rural, son las dificultades que se hacen evidentes en la ejecución de un trabajo óptimo, factores referidos a la nutrición, salud, infraestructura, materiales, equipamiento, mobiliario, etc., se hayan limitados y tienen repercusión en la aplicación de estrategias diversas que favorezcan el desarrollo de los aprendizajes, manteniendo una perspectiva pedagógica que no responde a las necesidades específicas del trabajo en dichas zonas; a ello se agrega la gestión centralizada y con escasos recursos que no puede superar las dificultades de dispersión y aislamiento propios del mundo rural, de allí que centros educativos rurales sean unidocentes o multigrado debido precisamente a que se encuentran bastante apartadas y dispersas. Al mismo tiempo, la ausencia de información y conexión con el resto del mundo, acceso que es inequitativo; el desconocimiento de lo urbano hacia lo rural y viceversa, y el diálogo intercultural sesgado por la falta de una información adecuada, crea una brecha especialmente entre habitantes urbanos y rurales. El tema de la educación rural y los temas que se deben afrontar tienen que ver además con la castellanización abrupta en las zonas vernácula hablantes lo cual favorece las tasas de deserción, de analfabetismo y la baja autoestima. La equidad va mucho más allá de la igualdad de gasto, poner a los niños vernáculos hablantes en igualdad de condiciones con los hispanos hablantes quienes tienen que ver con el derecho a educarse en su lengua materna, el concepto de equidad tiene que ver más bien con el resultado final del servicio.

Siendo conscientes que la educación es un factor determinante para el desarrollo de los pueblos, es necesario garantizar estrategias educativas pertinentes a las sociedades multiculturales en el marco de un proceso de descentralización que fortalezca la educación especialmente en los espacios rurales. El analfabetismo es uno de los problemas que se presenta en mayor medida en Lambayeque que en el resto de las regiones del país.

El reto de la educación actual está orientado a acortar cada vez más las diferencias que separan lo rural de lo urbano. En el caso de la Región Lambayeque se observa que estas distancias aún no se han acortado. En las escuelas primarias del área rural es muy frecuente encontrar aulas con muchos alumnos y pocos docentes. En Lambayeque se encuentran registrados 16,776 docentes de los cuales el 61,6% pertenecen al sector público. Lambayeque es una de las regiones más pobres del país y la mayoría de los servicios, incluyendo educación, son provistos por el Estado, en forma deficitaria. El analfabetismo es uno de los problemas que se presenta en mayor escala en Lambayeque, en relación al resto de regiones del país debido a que los organismos de nivel regional no han atacado este problema. El analfabetismo es más grave en las mujeres con el 12%, según fuente INEI.

1.1.2. HISTORIA DE LA PROVINCIA DE CHICLAYO

La **Provincia de Chiclayo** es una de las tres que conforman el Departamento de Lambayeque, bajo la administración del Gobierno regional de Lambayeque, en el Perú.

Limita al norte con la provincia de Lambayeque y la provincia de Ferreñafe, al este con el Departamento de Cajamarca, al sur con el Departamento de La Libertad y al oeste con el océano Pacífico.

La provincia de Chiclayo fue creada el 18 de abril de 1835, durante la gestión del alcalde José Leonardo Ortiz, quien lideraba los intereses de los pobladores del lugar durante los inicios de la era republicana. Comprometiendo su apoyo al coronel Felipe Santiago Salaverry en sus levantamientos contra Agustín Gamarra. En homenaje al carácter luchador de los chiclayanos le concedió el título de “Heroica Ciudad de Chiclayo”, a un pequeño pueblo que avizoraba ser la gran ciudad del departamento.

Chiclayo según los historiadores Lorenzo Huertas, Enrique Brüning, Antonio Raimondi, Walter Sáenz, Carlos Bachmann y Marco Caveró, fue un pueblo étnico cuyos pobladores originales fueron de Collique y el Cinto; ellos afirman que Chiclayo fue fundada por el cacique Juan Chiclayo pero Luis Arroyo sostiene que la fundación de Chiclayo fue fundada por los padres franciscanos de la Iglesia Santa María de los Valles de Chiclayo.

Chiclayo tiene una gran riqueza ancestral, en su alrededores se encuentran impactantes complejos arqueológicos pertenecientes principalmente a la cultura mochica originaria de estas tierras; se piensa que el territorio chiclayano fue una gran centro administrativo pre-hispánico debido a que se encuentra en un valle muy fértil.

La Ciudad de Chiclayo logró su independencia un 31 de diciembre de 1820, el acta de libertad fue suscrita en parte por Antonio Chimpén y Joaquín Navarro regidores nativos, y por Felipe Torres, Valentín Castro regidores españoles y por último por el Alcalde de la Ciudad de Chiclayo Santiago de Burga.

Tiempo después el 15 de abril de 1835 Chiclayo fue elevada a la categoría de ciudad, y posteriormente como se menciona anteriormente el 18 de abril del mismo año se crearía la Provincia de Chiclayo capital de la Región Lambayeque. Dentro del territorio de la Provincia de Chiclayo se han encontrado vestigios arqueológicos muy importantes como el Señor de Sipán en Huaca Rajada, el Señor de Sicán en Batán Grande, entre otros.

GEOGRAFÍA

El suelo de la provincia es mayoritariamente llano, con suave pendiente que se va elevando de Oeste a Este. Aquí se distinguen ligeras ondulaciones y elevaciones formadas por continuas acciones aluviales, de los vientos o el hombre. Los terrenos de cultivo han sido objeto de una intensa labor de nivelación para facilitar el riego.

La llanura se interrumpe tanto en las partes próximas a la costa, como en las medias por los cerros aislados como Cruz del Perdón, Cerropón, Cruz de la Esperanza, Boro y en las más alejadas, ubicadas en los distritos de Chongoyape, Oyotun, hacia la parte final de los contrafuertes andinos.

REGIONES NATURALES Y CLIMA

La principal y más extensa región natural es la Chala o Costa, comprendida entre los 0 m. y 500 msnm., en tanto la Yunga Marítima, es pequeña y corresponde a los contrafuertes andinos ubicados en los distritos de Chongoyape, Oyotun y Nueva Arica.

Su clima es templado, seco, con algunos fuertes vientos que se denominan ciclones, de buen sol la mayor parte del año, no hay heladas ni granizadas, generalmente tampoco hay precipitaciones pluviales que alcancen siquiera lavar las polvorientas hojas de la vegetación, salvo aquellas que se presentan en los periodos denominados fenómenos del Niño, que son de regular intensidad y sorprenden a los desprevenidos pobladores ocasionando cuantiosos daños en las viviendas, caminos e infraestructura agrícola...

Gran parte de su territorio está regado por los ríos Saña y Chancay. También dispone de una rica napa freática o corrientes de agua subterránea, la cual es extraída para complementar el agua de los ríos.

DIVISIÓN NADMINISTRATIVA

La provincia tiene una extensión de 3 288,07 km² y se divide en veinte distritos.

- Chiclayo
- Cayaltí
- Chongoyape
- Eten
- Puerto Eten
- José Leonardo Ortiz
- La Victoria
- Lagunas
- Monsefú
- Saña
- Nueva Arica
- Oyotún
- Pátapo
- Pícsi
- Pimentel
- Pomalca

Según el censo 2007 a nivel provincial Chiclayo tuvo 757 452 habitantes.

La capital de esta provincia es la ciudad de Chiclayo.

DISTRITO DE JOSE LEONARDO ORTIZ

El **Distrito de José Leonardo Ortiz** es uno de los veinte distritos de la Provincia de Chiclayo, ubicada en el Departamento de Lambayeque, bajo la administración del Gobierno regional de Lambayeque, Perú.

Está ubicado al norte de la ciudad de Chiclayo.

HISTORIA

Fue creado por Ley 13734 del 28 de noviembre de 1961, con el nombre de San Carlos, el cual fue cambiado por el actual el 5 de febrero de 1966.

Este distrito surge debido a la explotación demográfica de la ciudad de Chiclayo durante la década de 1940.

GEOGRAFÍA

Es llano, su área territorial es de 28,22 km². Clima cálido variable. Es uno de los distritos de suelo más llano. Su extensión es de 25,56 km² y su población alcanza a los 165.453 habitantes según el censo 2007, constituyéndose en el distrito de mayor densidad poblacional, pues ésta alcanza a 5.863 habitantes por km². Además de sus urbanizaciones y pueblos jóvenes, J. L. Ortiz tiene como centros poblados rurales los caseríos de Culpón (370 hab.) y Chilape (104 hab.).

ACTIVIDADES ECONOMICAS

El comercio es una de las principales actividades, debido a la existencia del complejo comercial Moshoqueque, donde se comercializan productos agrícolas, ganaderos y otros de la región. En este distrito se ubica el Complejo Comercial de Moshoqueque, al que los mayoristas y productores agrícolas del departamento y la región llevan sus productos para su venta por mayor.

Asimismo, hay numerosos talleres de reparación de vehículos automotores y maquinarias, carpinterías de madera y metálicas, manufacturas de losetas, de hielo, de ladrillos y adobes, curtiembre y numerosas tiendas comerciales.

- 1.1.3. La Institución Educativa N° 11011 Señor De Los Milagros Del Distrito De José Leonardo Ortiz se encuentra ubicado en el pasaje la tina número 100 -** san Carlos José Leonardo Ortiz, fue creado con resolución número 2256 – 1951, cuenta con una plana docente de 39 docentes de aula y 02 profesores del Aula de innovación Pedagógica, brinda servicios en primer grado con primero 7 secciones 3 aulas, segundo 6 secciones 3 aula tercero 6 secciones 3 aula, cuarto 7 secciones 4 aulas, quinto 6 secciones 3 aulas, sexto 7 secciones 4 aulas 39 secciones - 20 aulas, actualmente la Institución Educativa esta dirigida por el Mg. Juan Francisco Herrera Torres

1.3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Teniendo en cuenta la hipótesis y los objetivos formulados para el presente trabajo de investigación, lo ubicamos en el Nivel de investigación aplicada de Tipo Socio Crítico Propositivo ya que analiza la realidad y propone cambiarla en beneficio de una mejor formación de los niños del tercer grado de educación primaria de la institución educativa N° 11011 señor de los milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, por lo que las técnicas utilizadas para la recolección y análisis de datos son cualitativas. El objeto de estudio que tiene relación con la persona que lo estudia y el grado de subjetividad se reducirá a lo máximo aplicando la rigurosidad científica.

El estudio ha tenido como guía la comprobación de la hipótesis en 35 alumnos del tercer grado “A” de educación primaria de la institución educativa N° 11011 Señor de los Milagros del Distrito de José Leonardo Ortiz con la finalidad de reducir los niveles de conductas disruptivas en los niños

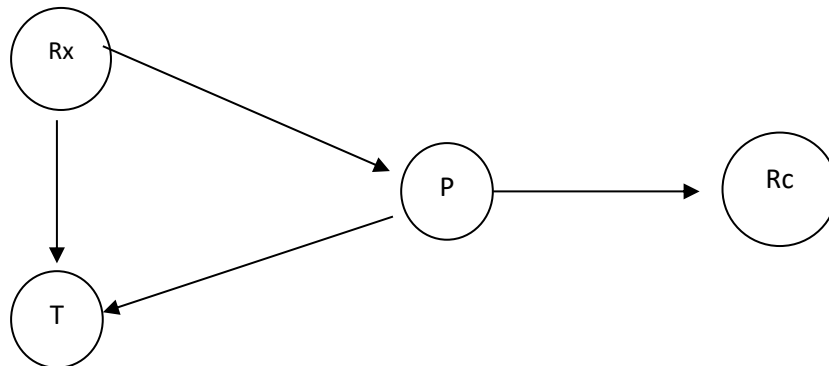
EL DISEÑO DE INVESTIGACIÓN es Socio crítico-propositivo, porque tiene como finalidad superar la falta de asertividad mediante La **Propuesta de Programa de Habilidades Sociales para superar la Baja Autoestima de los Estudiantes del tercer grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del Distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque, 2015.**

POBLACIÓN La población que se ha considerado para la presente investigación, está representada por todos los niños del tercer grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor De Los Milagros”

MUESTRA El tamaño de la muestra será de 35 alumnos del tercer grado “B” de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor De Los Milagros La presente investigación se centra en el propósito de proponer el **Programa de Habilidades Sociales para superar la Baja Autoestima de los Estudiantes del tercer grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del Distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque, 2015.**

El diseño empleado en la investigación es el siguiente:

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:



Leyenda:

Rx : Diagnóstico de la realidad

T : Estudios teóricos o modelos teóricos

P : Propuesta

Rc : Realidad cambiada

1.3.2 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

La recolección de la información se realizó mediante la aplicación de una ficha de observación: con un conjunto de preguntas con tres valoraciones respecto a las variables a medir.

CAPITULO II

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del problema

Habiendo realizado la búsqueda bibliográfica, presentamos los siguientes informes de investigación que se constituyen en nuestros antecedentes de estudio.

TITULO:

LAS CONDUCTAS DISRUPTIVAS EN LA BAJA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JUAN MONTALVO” DEL RECINTO MATA DE PLÁTANO.

AUTORES: Blanca Narcisa Guamán Valle Karina Maribel Vaca Cruz, Universidad Estatal del Milagro Ecuador, esta investigación se realizó en el marco de la Unidad Educativa Juan Montalvo del Recinto del Plátano

Resumen

En los últimas décadas se ha incremento enormemente los comportamientos de estudiantes que distorsionan el ambiente dentro del aula, deteriorando la relaciones interpersonales el cual dificulta el proceso de aprendizaje. Son numerosas las conductas que observamos a diario en nuestra labor como docente, viviéndolas con ansiedad e impotencia, ya que no nos permite cumplir con nuestra tarea de manera eficiente y causando en el estudiante un bajo rendimiento escolar. Estos comportamientos inapropiados se las conocen con el nombre de conductas disruptivas, la misma que se produce por la interacción del niño con su entorno familiar, ambiental y educativo entre otros, serán factores precisos de la evolución y desarrollo de esta conducta. Es vital optimizar las conductas en los niños, de forma que desarrollen sus potencialidades, adopten aptitudes, valores y habilidades sociales que les ceda relacionarse de manera positiva. Para ello es necesario optar técnicas y estrategias innovadoras que permitan mejorar la situación. Se trabajaran de forma progresiva, hasta lograr que el niño adopte un comportamiento adecuado.

TITULO:

ACCIÓN DOCENTE EN EL CONTROL DE LA BAJA AUTOESTIMA DE LOS ALUMNOS DE EDUCACIÓN BÁSICA

AUTOR: Autor: Lcda. Rosa Montilla y otros.

LA UNIVERSIDAD DEL ZULIA. FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN DIVISIÓN DE ESTUDIOS PARA GRADUADOS MAESTRIA EN ORIENTACIÓN

Resumen

Este estudio estuvo dirigido a analizar desde la perspectiva del docente el comportamiento agresivo de los alumnos de Educación Básica en la Escuela Bolivariana Francisca Ferrini Velazco.. Para lograr este objetivo se desarrolló un estudio descriptivo con un diseño de campo a través de los cuales se estudió una población de 12 docentes que laboran en la institución educativa antes mencionada, a quienes se le aplicó un cuestionario estructurado conformado por 24 ítems cerrados. Los resultados obtenidos permitieron concluir que las acciones que realizan estos docentes se sustentan en la estrategia del diálogo como medio para controlar el comportamiento agresivo de sus alumnos, la cual resulta insuficiente porque según su propia opinión los alumnos tienden a ser agresivos verbal y físicamente, además manifiestan explosiones agresivas y son disruptivos en el aula de clase. Lo que lleva a recomendar la capacitación de este personal en estrategias para el control de la conducta agresiva que les permita cumplir más eficazmente con el rol de orientadores que les corresponde en cuanto a la formación de la personalidad de sus alumnos y del control de su comportamiento.

TITULO:

ESTUDIO DE CONDUCTAS RELACIONADAS CON LA BAJA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL DE EDUCACIÓN MEDIA EN LICEOS PÚBLICOS DE LA POBLACIÓN DEL TOCUYO. ESTADO LARA. VENEZUELA

Autores: Alvarado Zolinda Colmenares Zulay y otros

RESUMEN

El presente estudio se realizó con el propósito de describir las conductas disruptivas en estudiantes de nivel de educación media en Liceos Públicos de la población del Tocuyo. Estado Lara. Venezuela, desde la perspectiva de Estudiantes y Docentes del diferentes Instituciones de secundaria, como muestra se seleccionó a los estudiantes de primero, segundo y tercer año, con una población de ochenta y ocho (300) estudiantes y tres (9) docentes. La muestra quedó conformada por el 100% de la población de estudiantes garantizándose su representatividad.

Estudio de conductas disruptivas en estudiantes de nivel de educación media en liceos públicos del Tocuyo. Estado Lara. Venezuela.

Presentado y evaluado en el proyecto comunitario con código EU-CS-2009-11, Asesoramiento de Escuelas Públicas y Privadas del Estado Lara. Dpto. de Ciencias de la Conducta Decanato de Ciencias de la Salud “Dr. Pablo Acosta Ortiz” UCLA.

El estudio se enmarca dentro de una investigación cuantitativa y un tipo de investigación de campo de carácter descriptivo. Para la recolección de la información, se utilizó el Cuestionario para la Evaluación de los problemas de Convivencia Escolar (CPCE), el cual tiene dos (2) versiones una para Docentes y otra para Estudiantes. Los resultados obtenidos, arrojan que las conductas relevantes que afectan la convivencia escolar, según los estudiantes, son el Comportamiento Disruptivo y la Conducta Agresiva del profesorado contra el estudiantado y según la percepción de los docentes, fue el Comportamiento Disruptivo, Intimidación al profesor, Comportamientos Sexuales Inadecuado, Hablar Mal del compañero y el Consumo de Drogas por parte de los estudiantes.

A partir de estos resultados, se concluye, considerándose que los docentes pueden aprovechar algunos de sus principios psicológicos de modificación de conducta que se son aplicados por los especialistas de la conducta para desempeñar su labor con mayor eficiencia y capacidad. El objetivo es poder minimizar las conductas disruptivas que suponen para el docente un gran desgaste y para la clase una alteración del rendimiento

TITULO

AGRUPAMIENTO ESCOLAR Y BAJA AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SEGUNDO GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DEL CALLAO

Autor Enrique. Gordillo Universidad Católica San Pablo (Arequipa).

Resumen

El debate sobre el mejor modo de agrupar a los estudiantes (coeducación y educación diferenciada) ha cobrado vigencia en el panorama educativo mundial.

El presente estudio procuró aportar evidencia empírica al debate mediante la comparación de la frecuencia de conductas de baja autoestima de estudiantes de ambos modos de agrupamiento para encontrar una eventual correlación. Se compararon las frecuencias de conductas disruptivas de ochocientos cuarenta y cuatro estudiantes de segundo de secundaria de escuelas públicas del Callao (cinco mixtas; cinco diferenciadas). Los estudiantes de escuelas diferenciadas presentaron una frecuencia menor en las tres categorías analizadas (conductas que interrumpen

el estudio, de falta de responsabilidad y perturbadoras de las relaciones sociales en clase). Asimismo, se encontró una correlación débil entre cada una de las categorías y la variable «agrupamiento escolar por sexo». Se controlaron variables intervinientes.

TITULO:

TALLER DE RELACIONES PERSONALES PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS DEL TERCER GRADO DE PRIMARIA DEL C.E N° 81700 “VICTOR RAÚL”, DE VIRÚ.

Autor: Yrma Ynes Reyna Pascual.

Resumen

Las relaciones familiares son importantes porque influyen en el desarrollo del niño mediante las actividades de los padres dentro la familia.

Es necesario establecer contactos con padres e hijos para mejorar las relaciones y al mismo tiempo desarrollar un buen control emocional del niño mediante estimaciones afectivas.

Las relaciones afectivas con los miembros de la familia se ven realizadas considerablemente por el ambiente del hogar, el patrón de vida en la casa, el tipo de personas que constituyen el grupo de hogar, la posición económica y social de la familia en la comunidad y otras condiciones que le dan al hogar características distintas.

TITULO:

PROGRAMA DE TUTORIA DE DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA PARA MEJORAR LAS CAPACIDADES Y ACTITUDES DE LOS ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DEL CENTRO EDUCATIVO “MANUEL ANTONIO MESONES MURO” DISTRITO DE FERREÑAFE 2009

Autor: Lic. Jorge Luis Custodio Parraguez.

Tipo de Trabajo: Proyecto de investigación.

Resumen

Los estudiantes tienen un bajo nivel de autoestima lo que se manifiesta en un bajo rendimiento académico y deficiente desarrollo personal, debido a la falta de un programa de tutoría que logre desarrollar habilidades sociales para lograr una autoestima adecuada, lo que está generando en los alumnos bajo rendimiento académico, deserción escolar y desgano por asistir a la escuela. Numerosas investigaciones psicológicas destacan sobre la importancia para lograr el pleno desarrollo dinámico de la persona. Para desarrollar la autoestima en todos los niveles desde la actividad de un niño, de los estudiantes, padres, profesionales, obreros, directores, etc. para desarrollarse se necesita que las personas tengan una actitud de confianza frente así mismo, de quererse, de respetarse que lo van a llevar actuar con seguridad frente a los demás, ser abiertos y flexibles, valorar a los demás y aceptarlos como son; ser capaz de ser autónomo en sus decisiones, tener comunicación clara y directa, tener una actitud empática es decir conectarse con las necesidades de los demás, asumir una actitud de compromiso, ser optimista en sus actividades.

TITULO:

CONSTRUYENDO CIUDADANÍA Y DESARROLLANDO OPORTUNIDADES DE INCLUSIÓN SOCIAL E INSERCIÓN LABORAL PARA LOS RECICLADORES INFORMALES. “HABILIDADES SOCIALES Y DESARROLLO PERSONAL”

Autor: Lic. Freddy Álvarez

Lima - Perú

Tipo de Trabajo: Proyecto de investigación

Resumen

El manejo de residuos sólidos en el Perú aún no es un tema de gran prioridad para las autoridades del país, sin embargo por lo general en la ciudadanía existe una creciente preocupación respecto a este problema.

Ciertamente, un momento trascendental en la gestión de residuos sólidos fue la promulgación de la Ley General de residuos sólidos 27314 del 20 de julio del 2000. Esta ley establece una serie de lineamientos y conceptos modernos de manejo ambiental de los distintos tipos de residuos sólidos que se genera en el país.

Este programa de capacitación se realiza con el objetivo de promover y fortalecer, a un tiempo, las capacidades individuales y de equipo en ciudadanos que trabajan en el distrito de San Juan de Miraflores teniendo como objetivo. Que el participante identifique las estrategias que le ayuden a desarrollar sus potencialidades y habilidades sociales aprenderá sobre autoestima y autoconfianza (conocimiento de sí mismo), y tendrá conocimiento sobre comunicación, conocerá sobre asertividad, comprenderá que es liderazgo y obtendrá herramientas para la toma de decisiones y solución de problemas.

2.2. BASE TEÓRICA

Introducción

En la actualidad existe en las personas la conciencia que la autoestima es un factor clave en el desarrollo, porque está presente en todos los aspectos de la vida, mediando en los estímulos que damos y recibimos; los sentimientos

que cada uno tiene a sí mismo se relacionan con el actuar emocional y cognitivo también con la salud mental y las relaciones sociales.

La persona es un ser social por naturaleza es por ello que a lo largo de toda la vida nos relacionamos con el medio donde habitamos, es en este proceso que cada ser humano construye un medio de vida, es importante saber que el ambiente familiar y social que nos rodea es esencial para lograr el éxito o desarrollo integral de cada persona.

Muchos autores plantean que la etapa escolar es importante para el desarrollo de la autoestima, este se ve afectado por varios factores sociales, económicos de exclusión, etc. que se muestran en la sociedad ya que estos repercuten en las Instituciones Educativas en la que está incluida la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque, donde se observa estudiantes con baja autoestima, conductas agresivas, existe un clima deficiente de comunicación entre padres – estudiantes - profesores siendo esto un obstáculo para que no haya una adecuada orientación a los estudiantes.

A. AUTOESTIMA

1. DEFINICIÓN.

Coopersmith (1981), la autoestima “es la evaluación que hace el individuo de sí mismo y que tiende a mantenerse; expresa una actitud de aprobación o rechazo y hasta qué punto el sujeto se considera capaz, significativo, exitoso y valioso. Es valoración positiva o negativa que uno hace de sí mismo. Es la valoración del autoconcepto”.

Haeussler y Milicic (1995, p17) sostienen que la autoestima sería la suma de juicios que una persona se dice de sí misma, sobre sí misma. Es la dimensión afectiva de la imagen personal que se relaciona con datos objetivos, con experiencias vitales y expectativas es por ello que se considera que la autoestima sería el grado de satisfacción consigo mismo y la valorización de uno mismo.

Antonio Marcuello García. Autoestima son las creencias que tenemos acerca de nosotros mismos, aquellas cualidades, capacidades, modos de sentir o de pensar que nos atribuimos, conforman nuestra “imagen personal” o autoimagen. La autoestima es la valoración que realizamos de nosotros mismos, sobre la base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida.

Alcántara (1993) define la autoestima como una actitud hacia uno mismo, la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo”. Es el sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolas a nuestro “yo personal”.

Clark, Clemen y Bean (1993;1996) “La autoestima tiene que ver con la competencia social, ya que influye sobre la persona en cómo se siente, cómo piensa, cómo aprende, cómo se valora, cómo se relaciona con los demás y, en definitiva cómo se comporta”.

2. CARACTERÍSTICAS.

Una persona que tiene una buena autoestima posee las siguientes características:

APRECIO auténtico de sí mismo, independientemente de lo que tiene, de tal forma que se considera con las mismas posibilidades de las personas que lo rodean.

ACEPTACIÓN de sus debilidades, limitaciones, fracaso y errores. La persona que se acepta, es consciente de que un ser humano que se equivoca, que no se avergüenza demasiado cuando falla y que reconoce los aspectos de su personalidad que debe mejorar.

AFECTO hacia sí mismo, de tal forma que la persona se siente tranquila con sus pensamientos, sentimientos, emociones, y con su cuerpo.

Disfruta de sus momentos de soledad, pero no rechaza la compañía. Se siente bien consigo misma.

ATENCIÓN a sus necesidades reales: físicas, síquicas, intelectuales y espirituales, pero no de las necesidades superfluas, creadas y sugeridas por una publicidad agresiva y engañosa, por ejemplo; cuando pensamos que es imprescindible adquirir una crema para manos.

3. COMPONENTES.

Componente cognitivo. Es el autoconcepto personal, la descripción que tiene cada uno de sí mismo lo que piensa de su personalidad, de su conducta, las ideas o creencias sobre sí mismo.

¿Cómo se siente consigo mismo? ¿Qué es lo que le gusta de usted? ¿De qué cosas piensa que carece? ¿Qué es lo que hace bien?

Componente afectivo. Es la valoración que hacemos sobre nosotros mismos, un sentimiento favorable o desfavorable, agradable o desagradable. Supone un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales: ¿Soy competente, amable, inteligente, divertido, listo, creativo, apto socialmente, único, chistoso, amigable, bondadoso, responsable, talentoso? ¿O soy inadecuado, tonto, aburrido, torpe, mediocre, incapaz, poco amable, tímido, inhábil o pronto de fallar?

Componente cognitivo. Está relacionado con la forma como actuamos. Este comportamiento es determinado por la opinión que tenemos de nosotros mismos. ¿Cuántas cualidades positivas personales puede usted describir sobre sí misma?

4. IMPORTANCIA.

a. **Constituye el núcleo de la personalidad:**

Bonet (1994, p 19). La autoestima es un indicador crucial u esencial de cómo está conformada la estructura de la personalidad del niño.

Por lo tanto, nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa al influjo de nuestra autoestima. De ahí la importancia de “un autoconocimiento sensato y sanamente autocrítico como base imprescindible para conocer y reconocer tanto lo positivo como lo negativo de los rasgos de nuestro carácter y de nuestras conductas”.

b. Condiciona el aprendizaje:

Raffo (1993, p 55). La baja autoestima genera impotencia y frustración en los estudios. Las bajas calificaciones genera pueden reforzar sentimientos de incapacidad propia frente a su rendimiento. Por el contrario, cuando se favorecen una alta autoestima el rendimiento escolar mejora notoriamente.

En tal sentido, uno de los factores más importantes a la hora de tener éxito con el colegio es la autoestima. Estudios de investigación nos demuestran que “los alumnos que tienen un buen desempeño tienen una autoestima positiva o adecuada respecto a sus habilidades y capacidades, creando un sentido de competencia e iniciativa que el profesor debe propiciar”.

c. Ayuda a superar las dificultades personales:

Clemens y Bean (1993). Los fracasos y dificultades personales no serán experiencias paralizantes en la formación de los niños y adolescentes cuando la escuela promueva el desarrollo de la estima personal y seguridad en sus propias capacidades.

Los estudios clínicos confirman que las fallas y otras condiciones que muestran las insuficiencias y desmerecimientos personales son probablemente la mayor causa de ansiedad.

Pero cuando aumenta la autoestima, la ansiedad disminuye y ello permite que el niño o adolescente participe en las tareas de aprendizaje con una mayor motivación.

d. Permite las relaciones sociales saludables:

Las personas que se aceptan y estiman a sí mismas establecen relaciones saludables con los demás. Podemos estimar a los otros, reconocer sus valores e infundirles un autoconcepto afirmativo, despertando fe y esperanza en sus propias capacidades y actuando como modelo de autoconfianza.

e. Fundamenta la personalidad:

Haessler y Milicic (1995). Cuando una persona tiene una buena autoestima, se sabe importante y competente y por lo tanto “se comportan en forma agradable, son cooperadores, responsables rinden mejor y facilitan el trabajo escolar”.

5. NIVELES.

La autoestima puede ser alto, intermedio, bajo.

Nivel alto:

COOPERSMITH (1981), refiere que las personas con alta autoestima mantienen imágenes constantes de sus capacidades y/o habilidades, desempeñan un rol más activos en sus grupos sociales, expresan sus puntos de vista con frecuencia y afectividad. Tienen un gran sentido de amor propio, cometen errores pero están inclinados a aprender de ellos.

Nivel intermedio:

Las personas con nivel intermedio de autoestima son algo inseguras, dependen de la aceptación social, buscando insistentemente la aprobación, son muy tolerantes ante la crítica de los demás, son expresivos optimistas, requieren de presión social para tomar iniciativa y activar su aprendizaje, pero tienen potencial para hacerlo.

Nivel bajo:

SHEEMAN E. (2000), sostiene que una persona con baja autoestima suele ser alguien inseguro, que desconfía de las propias facultades y no quiere tomar decisiones por miedo a equivocarse. Además necesita de

la aprobación de los demás pues tiene muchos complejos. Todo esto le produce un sentimiento de inferioridad y timidez a la hora de relacionarse con otras personas.

Según Freddy Álvarez. SENATI - Ciudad Saludable. La persona con baja autoestima presenta las siguientes características:

- a) **Cómo se percibe a sí mismo.** Tiene una imagen distorsionada de sí mismo. Se percibe lleno de defectos, empequeñeciendo o ignorando sus puntos fuertes. La mayoría de las veces no intenta modificar aquello que no le gusta, porque lo ve casi imposible y se mortifica por ello.
- b) **Cómo trabaja.** Ejecuta su trabajo con desconfianza en sus posibilidades, insatisfecho con los resultados.
- c) **Cómo piensa.** Se enfrenta a nuevas tareas con temor, miedo y fracaso.
- d) **Cómo se relaciona con los demás.** Está muy pendiente de los demás, buscando el reconocimiento y asintiendo las opciones ajenas por miedo a mostrar las propias. No expresa sentimientos u opiniones, porque considera que no tienen valor o porque teme la reacción de los demás. Su forma de comunicarse suele ser pasiva, excepto en algunos momentos que estalla y lo hace de forma muy agresiva.
- e) **Cómo actúa.** Desconfía de sí mismo y de sus posibilidades cuando las cosas no le salen como esperaba, se responsabilizaba por el fracaso, atribuyéndolo a su falta de capacidad, y desiste de conseguir lo que se propone. Dirige su vida a donde los otros quieren que vaya, sintiéndose con frecuencia frustrado o enojado. Duda de cualquier decisión y busca la aprobación de los demás evitándose responsabilidades.
- f) **Cómo se valora.** No se gusta a sí mismo y percibe que los demás lo rechazan por sus defectos.

Para Nathaniel Branden. Tener una alta autoestima es sentirse confiadamente apto para la vida, es decir capaz y valioso; tener una autoestima baja es sentirse inútil para la vida; equivocado, no con respecto a tal o cual asunto, sino equivocado como persona. Tener un término medio de autoestima, es fluctuar entre sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como personas y manifestar estas incoherencias en la conducta, actuar a veces con sensatez, a veces tontamente reforzando, así la inseguridad.

AUTOCONCEPTO.

Hauessler y Milicic (1996). “El autoconcepto se forma a partir de las propias experiencias de éxito y fracaso y en las relaciones con el medio de acuerdo a las opiniones de los otros respecto a nuestras características y nuestra conducta, y gracias al acceso a capacidades psicológicas crecientes”.

Es el conjunto de conocimientos y actividades que tenemos sobre nosotros mismos; son las percepciones que el individuo tiene referidas a sí mismo y las características o atributos que usamos para describirnos.

Hamachec (1981) citado por Machargo (1991. Pag 24).

“El autoconcepto es el conjunto de percepciones o referencias que el sujeto tiene de sí mismo, el conjunto de características, atributos, cualidades y deficiencias, capacidades y límites, valores y relaciones que el sujeto conoce como descriptivos de sí y que percibe como datos de su identidad”.

B. HABILIDADES SOCIALES

1. DEFINICIÓN.

Caballo (1986, p 556) Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación inmediata, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Karen Nuñez, Psicopedagoga. Son habilidades o capacidades que permiten al niño interactuar con sus pares y interno de una manera socialmente aceptable. Estas habilidades pueden ser aprendidas, y pueden ir de más simples a complejas, como: saludar, sonreír, hacer favores, pedir favores, hacer amigos, expresar sentimientos, expresar opiniones, defender sus derechos, iniciar – mantener - terminar conversaciones, etc.

Paula Gómez. WWW. Ciudad saludable.org. Son las conductas que manifiestas en situaciones de relación con otras personas, en las que expresas tus sentimientos, actitudes, deseos u opiniones, derechos, respetando el derecho que tienen también los demás a expresar lo mismo. *Las habilidades sociales son, un conjunto de competencias conductuales que posibilitan que el niño mantenga relaciones sociales positivas con los otros y que afronte de modo afectivo y adaptativo, las demandas de su entorno social, aspectos estos que contribuyen significativamente, por una parte, a la aceptación por los compañeros y, por otra, al adecuado ajuste y adaptación social.*

2. IMPORTANCIA.

Nos permiten ser competentes en la sociedad.

No ser competentes socialmente se relaciona con:

- a) Baja aceptación, rechazo, ignorancia o aislamiento por parte de los iguales.

- b) Problemas escolares: Bajos niveles de rendimiento, fracaso, absentismo abandono del sistema escolar, expulsiones de la escuela inadaptación escolar.
- c) Problemas personales: baja autoestima.
- d) Desajustes psicológicos y psicopatología infantil, depresión, indefensión.
- e) Inadaptación juvenil: delincuencia juvenil.
- f) Problemas de salud mental en la adolescencia y la edad adulta: alcoholismo, suicidio, drogas.

Inés Monjas Casares

Balbina de la Paz Gonzales Moreno

C. PROGRAMA

1. DEFINICIÓN.

Según la Enciclopedia de Pedagogía y Psicología 1997. Se define al programa como la expresión previa, ordenada y detallada de los trabajos que el maestro y el alumno han de efectuar en la escuela.

Al diseñar los programas puede operar la idea, bien de que la escuela es transmisora de cultura, de que ha de poner al niño en situación de aprender la realidad, de que la escuela existe para responder a las exigencias personales de cada uno de los alumnos.

Según el Diccionario Enciclopédico de Educación 2003. Es un plan o proyecto establecido que define los objetivos, el orden o el horario de una actividad o trabajo.

En ese sentido programa es entendido como una secuencia de instrucciones que se realizan para ser ejecutadas y así cumplir su objetivo.

2. PROGRAMAS DE POTENCIACIÓN DE LA AUTOESTIMA.

Tal como sostiene Norma Reátegui (1999) la evaluación del autoconcepto y la autoestima tiene por objeto determinar, cuando sea necesario, la aplicación de programas correctivos y compensatorios que mejoren el autoconcepto y la autoestima cuando estos se encuentren en niveles peligrosos para un buen desarrollo de la persona, especialmente en el ámbito escolar y social. Estos programas tienen como fin potenciar los recursos personales del sujeto para reestructurar y elevar los niveles de autoconcepto y autoestima.

Programa de ampliación del autoconocimiento:

Nos referimos brevemente a los programas de intervención en la potenciación de la autoestima por ampliación de autoconocimiento.

Se usan para este efecto: estrategias de reflujo, estrategias de automonitorización; estrategias de dramatización y estrategias de modelación.

- En las estrategias de reflujo: Se expresa al alumno por intermedio de los miembros de su entorno las cualidades positivas que vemos en él.
- En las estrategias de automonitorización: Se orienta al propio sujeto a que elabore y enriquezca su autopercepción por diversos medios: diario personal, cartas, verbalizaciones sobre sí mismo.
- En las estrategias de dramatización: El educando debe imaginar y desempeñar el papel de un personaje positivo que le asigne.
- En las estrategias de modelación: El alumno imitará a personas reales que él admire y respete.

BASES TEÓRICAS

A. TEORÍAS CIENTÍFICAS DE LA PSICOPEDAGOGÍA: RELACIONADA CON EL PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES Y LA AUTOESTIMA.

1. INTELIGENCIA EMOCIONAL

El tema de la Inteligencia Emocional fue introducida por Daniel Goleman (1996), aunque este concepto tiene sus raíces históricas en los trabajos anteriores en el campo de la psicología, como por ejemplo Gardner (1995).

Frente a la inteligencia racional y resaltando la torpeza y el malestar emocional de la sociedad actual. Goleman enfatiza la importancia de la competencia emocional. Considera que la inteligencia emocional está compuesta de un numeroso conjunto de habilidades como son:

- Autocontrol emocional
- Entusiasmo
- Perseverancia
- Capacidad de automotivarse
- Relaciones interpersonales
- Recibir y comprender los sentimientos de los demás
- Expresión emocional
- Autoconocimiento
- Sociabilidad
- Empatía
- Arte de escuchar
- Resolver conflictos
- Colaborar con los demás
- Control de los impulsos
- Diferir las gratificaciones
- Autorregular nuestros estados de ánimo
- Manejo de la ansiedad y optimismo, entre otros.

Estas habilidades pueden enseñarse, y se plantea la necesidad de llevar a cabo una educación, una alfabetización emocional que posibilite hacer de las personas emocionalmente competentes y capaces de controlar sus emociones.

2. INTELIGENCIAS MULTIPLES.

El concepto de “Inteligencias múltiples” fue acuñado por ²Gardner a finales de los años ochenta. Propugna este autor la existencia de diversas variedades de la inteligencia, de las que destacamos lo que denomina “Inteligencias personales” donde incluye dos aspectos, por una parte, la Inteligencia Intrapersonal, relacionada con la imagen de nosotros mismos, y por otra Inteligencia Interpersonal, que considera como la capacidad de comprender a los demás y que subdivide en cuatro habilidades diferentes.

1. Liderazgo.
2. Aptitud de establecer relaciones y mantener amistades.
3. Capacidad de solucionar conflictos.
4. Habilidad para el análisis social (Gardner, 1995).

Como se puede observar, hay muchos puntos en común entre las habilidades sociales y los componentes incluidos dentro del constructo inteligencia emocional.

3. TEORÍA DE LA ENSEÑANZA HUMANÍSTICA.

Continuando la línea de Carl Rogers, esta perspectiva como propuesta de enseñanza, se centra evidentemente en la personalidad del alumno en cuanto a su AUTORREALIZACIÓN y PARTICIPACIÓN concreta y directa en el proceso de enseñanza –aprendizaje. Parte de la investigación a nivel individual en el educando en cuanto a sus necesidades , aptitudes , actitudes, intereses, conocimientos y objetivos personales, como también reconociendo un nuevo rol del docente, a partir de la cooperación activa y cooperativa docente – alumno, vinculando la planificación educativa al desarrollo de la persona como ser integral.

La autorrealización del educando dentro del proceso educacional, destaca una nueva DIMENSIÓN HUMANIZANTE de la enseñanza como modelo para propiciar en el alumno el desarrollo de su capacidad para:

- a) Decidir
- b) Criticar constructivamente

- c) Dar soluciones inteligentes
- d) Ser responsable de su aprendizaje
- e) Adaptarse a nuevas situaciones
- f) Cooperar con el docente

La Educación Humanista promueve en el niño el desarrollo cultural y la capacidad de AMAR, CREAR y tener una concepción de la vida en función de lo real o concreto. Además, trata de establecer en el alumno, formas de autodesarrollo según metas de acción con decisiones propias en un ambiente libre para promover un aprendizaje valorativo. Este desarrollo, se efectúa dentro de un contexto grupal, el cual de ampliar el uso de diversas habilidades sociales, la sensibilidad, el espíritu crítico y creativo en el alumno.

4. TEORÍA COGNITIVO SOCIAL DEL APRENDIZAJE:

La teoría de Bandura (1963; 1982; 1987) concede valor e importancia al pensamiento en el control y regulación de la conducta del sujeto. El modelo de Bandura desde una perspectiva cognitiva social, señala una determinación específica de los procesos de aprendizaje con la influencia recíproca entre los aspectos personales, el ambiente y la conducta del sujeto. En el plano personal, los factores están referidos a distintas capacidades.

- a) Simbolizadoras por la capacidad cognitiva del niño.
- b) Previsoras de su conducta futura.
- c) Vicarias (aprendizaje por observación y modelado).
- d) Autorreguladoras en su relación con el ambiente.
- e) Autoreflexiva, que se encuentran en la experiencia social del niño, y que se adquieren y modifican en el medio escolar.

La importancia del aprendizaje por observación (imitación) acelera y facilita el desarrollo de mecanismos cognitivos y actitudinales en el niño para su adaptación e integración social. Según Riviére (1992) este tipo de aprendizaje trae consigo efectos positivos tales como:

- a) Habilidades y destrezas nuevas en sus tareas.
- b) Inhibición o desinhibición de conductas que mejoren el desempeño.
- c) Incremento de la estimulación ambiental en la escuela.
- d) Facilita respuestas apropiadas de aprendizaje escolar.
- e) Activación emocional para aprender (motivación).

Dentro de las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva que sustentan el “Programa de Habilidades Sociales” para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque integran la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, ya que, este autor enfatiza la importancia de la competencia emocional para un mejor desarrollo social de la persona; a través de la enseñanza de un conjunto de habilidades sociales. En esa misma línea Howard Gardner nos habla de las Inteligencias Múltiples, donde encontramos las inteligencias personales: intrapersonal e interpersonal. Entendida la última de ellas como la capacidad de comprender a los demás a través de ciertas habilidades sociales.

“El Programa de Habilidades Sociales para superar la Baja Autoestima” está inmerso en la Teoría de la Enseñanza Humanística de Carl Rogers, donde el rol del docente es crear un ambiente de confianza y de cooperación activa entre alumno-docente y docente – alumno buscando el desarrollo de conductas aprendidas eficaces en las relaciones interpersonales para superar la insatisfacción, rechazo o desprecio que tienen nuestros estudiantes de sí mismos. A demás, las actividades organizadas para este programa estarán basadas en

la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura; a través del Modelado y la Enseñanza Directa de los comportamientos o conductas sociales.

Este trabajo es significativo en la medida en que se logra superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque a través del diseño, elaboración y aplicación de un Programa de Habilidades Sociales sustentado en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva y la didáctica cuyos resultados, logros o consecuencias de este trabajo de investigación se consolidan en los siguientes indicadores:

- Alta valoración de sí mismos.
- Capacidad para asumir retos y responsabilidades.
- Seguridad para resolver problemas.
-

Programa de Modificación de conducta

Definición:

Caballo (1993), define a los Programas de Modificación de Conducta (PMC) como aquellos que están orientados tanto a la adquisición o el incremento de comportamientos adaptativos, como a la extinción o disminución de aquellos que no lo son.

Se entiende como comportamientos adaptativos aquellos que le van a permitir al niño integrarse a ciertos grupos sociales, ya sea en el ámbito educativo, social, afectivo o emocional. Estos comportamientos se regulan de acuerdo a las reglas tanto implícitas como explícitas que marca la sociedad como buenos o malos.

Estos programas incluyen tanto la estructura de los mismos, así como sus objetivos, primordialmente terminales, y las estrategias que han de seguirse para su logro y manejo de contingencias, modelamiento (Aprendizaje mediante la observación de otro individuo (modelo) inmerso en una conducta. Para aprender del modelo, el observador

no necesita llevar a cabo la conducta ni recibir consecuencias directas para su desempeño), ayudas, restricción de estímulos, etc.

Por otra parte la intervención conductual se puede definir como todas aquellas acciones (o inacciones conscientes) en las que participan maestros y padres para ampliar las probabilidades de que los niños, en forma individual y en grupo, manifiesten comportamientos eficaces que les resulten satisfactorios en lo personal además de ser productivos y aceptables en términos sociales.

Siguiendo esta línea de pensamiento es importante mencionar que para la realización de un programa de modificación de conducta es necesario realizar un diagnóstico del niño tomado en cuenta 2 aspectos importantes:

El estudio del comportamiento humano (evaluación conductual)

La aplicación de principios y relaciones funcionales que rigen la conducta; es decir la propia intervención conductual.

Cuando se habla del primer aspecto dentro de la realización del diagnóstico es importante lo siguiente:

Se elabora en base a la observación directa de la conducta ¿Qué conducta ocurre, con que dimensiones cuantitativas y ante que estímulos o situaciones ambientales?

Su resultado no es una etiqueta, sino un conjunto de cuantificaciones de la conducta y de descripciones de las condiciones en las que se observó esta.

El diagnóstico consta de dos partes, en la primera se observa al niño y se evalúan las siguientes áreas: conductas básicas, habilidades sociales y de adaptación, habilidades académicas y conductas problemáticas. En la segunda parte es una entrevista con los padres que nos permite complementar la información obtenida en la primera parte, detectar problemas hogareños y hacer contacto con el medio social y cultural del individuo.

Fases de un programa de modificación conductual

Recogida de datos para identificar el problema y ver quién debe realizar el tratamiento.

Ésta consiste en rellenar un formulario con la historia personal del sujeto: nombre, dirección, edad, estado civil y una descripción breve de por qué quiere cambiar.

Evaluación previa al tratamiento. Se realiza una evaluación conductual para saber la dimensión del problema antes de la introducción del programa de modificación de conducta. Supone la recogida y análisis de datos e información con el fin de identificar y describir los objetivos comportamentales, especificar las causas probables del comportamiento, elegir las estrategias de intervención más adecuadas para modificarlo y evaluar los resultados del tratamiento.

Fase de tratamiento: Una vez evaluada la conducta problemática los especialistas idearán un programa para lograr la mejora de esa conducta. Los programas de modificación de conducta implican la observación y el registro continuo del comportamiento a lo largo del tratamiento.

Fase de seguimiento En esta última fase se observa atentamente si se mantienen los avances conseguidos en el tratamiento una vez concluido éste.

- Características de la conducta a registrar
- Topografía.
- Cantidad: Frecuencia, duración.
- Intensidad.
- Control de los estímulos.
- Latencia.

Estrategias para registrar la conducta

Según Martin y Pear (2007, pp. 297-298) para registrar la conducta se utilizan las siguientes estrategias:

Registro continuo: Recoge todas las apariciones del comportamiento durante un período concreto.

Registro por intervalos: Se selecciona un período específico en el que se va a observar y registrar todas las apariciones del comportamiento.

Registro de intervalo parcial: Sólo se registra la conducta de manera dicotómica (si aparece la conducta en un intervalo de tiempo concreto o no aparece).

Registro de intervalo completo: Sólo se registra la conducta si persiste durante un intervalo de tiempo completo.

Registro de muestreo temporal: Se puntúa una conducta como presente o ausente en intervalos de tiempo breves y temporales.

Muestreo temporal momentáneo: Registro dicotómico de momentos puntuales, como por ejemplo; las horas en punto.

Observación y registro: Se puede dar un tiempo breve para observar y el mismo para registrar las conductas.

Técnicas Operantes

Las técnicas operantes han sido de las primeras que comenzaron a emplearse dentro de la Modificación de Conducta siendo también las que se han aplicado con mayor frecuencia (Méndez y otros, 2001).

Estas técnicas se han originado a partir de los trabajos de aprendizaje animal realizados a finales del siglo XX por Thorndike (1898) y que constituyeron las bases del modelo del condicionamiento instrumental. Sin embargo, fue B. F. Skinner (1938), quien desarrolló definitivamente este modelo, introduciendo por primera vez el término de condicionamiento operante.

Bases teóricas y experimentales

Las bases teóricas y experimentales de la modificación de conducta surgen fundamentalmente tras los estudios de Thorndike (1898) y de Skinner (1938).

Thorndike realizó experimentos con animales en los que éstos (perros, gatos o pollos) eran encerrados en las que él llamaba “cajas-problema”. Para poder escapar de estas cajas y acceder a la comida que tenían visible, los animales debían mover un cerrojo o presionar una palanca. A partir de aquí, Skinner desarrolló dicho modelo, utilizando el término de condicionamiento operante. Su principio básico era que las conductas se aprenden y se mantienen como resultado de sus consecuencias, sentando así la importancia del

ambiente. Skinner llama conductas operantes a aquellas que pueden ser controladas mediante la alteración de sus consecuencias; así, el sujeto realiza una conducta operante cuando ésta produce unas consecuencias en el medio, que a su vez pueden controlar dicha conducta.

Pero además, para que podamos cambiar la conducta mediante la alteración de sus consecuencias, éstas deben ser contingentes a la conducta. Es decir, las consecuencias deben producirse justo después de la aparición de la conducta.

Los procedimientos en los que se basan las técnicas de modificación de conducta del condicionamiento operante son el reforzamiento, el castigo, la extinción y el control de estímulos.

Procedimientos operantes básicos

Los procedimientos operantes básicos se definen como la presentación o eliminación contingente de un estímulo que puede ser apetitivo o aversivo para el individuo.

Además, según la presentación o retirada y el tipo de estímulos que estemos manipulando, obtendremos diferentes variantes de los procedimientos mencionados.

Reforzamiento positivo

El reforzamiento positivo es un procedimiento mediante el cual se le presenta al sujeto un estímulo que le gusta o le interesa inmediatamente después de la realización de la conducta (presentación contingente). Con esto se consigue aumentar la probabilidad de que la conducta vuelva a ocurrir. El estímulo o situación apetitiva que se pone en juego en este proceso se conoce como reforzador positivo (Méndez y otros, 2001). Cuando se descubre un reforzador positivo para un individuo (por ejemplo, un caramelo para un niño), podemos utilizarlo en otras situaciones. A pesar de ello, no deberíamos abusar de un solo reforzador positivo ya que podríamos caer en la saciedad.

Tal como refleja Méndez y otros (2001), diversos autores han puesto de manifiesto el procedimiento básico que debe seguirse para aplicar el reforzamiento positivo:

Especificar de forma concisa la conducta a modificar.

Identificar y seleccionar los reforzadores eficaces (que dependen de cada individuo).

Administrar de forma inmediata los reforzadores.

Aplicar los reforzadores contingentemente.

Evitar la saciedad empleando diversos reforzadores que el sujeto no tenga.

Aproximar la cantidad adecuada de reforzador.

Ajustarse al programa de reforzamiento fijado (puede ser reforzamiento continuo o reforzamiento intermitente).

Planificar la transición de un tipo de programa a otro (por ejemplo, de un programa de reforzamiento continuo a uno de reforzamiento intermitente) con el fin de generalizar los efectos.

Reforzamiento negativo

En este caso, se trata de incrementar una conducta deseable mediante la eliminación de un estímulo o situación que sea desagradable para el sujeto, justo después de la realización de dicha conducta (retiro contingente). Este tipo de procedimiento suele emplearse menos que el anterior por las implicaciones éticas que supone utilizarlo.

Un reforzador positivo es un estímulo que se añade al entorno y que trae consigo una respuesta precedente. Si se otorga alimento, agua, dinero o elogios después de una respuesta, es más probable que ésta se repita en el futuro.

Castigo positivo

Consiste en presentar un estímulo o situación desagradable para el individuo tras lo cual se espera que disminuya su conducta.

Castigo negativo

Este procedimiento supone la retirada de una situación o estímulo agradable para el sujeto tras la realización de la conducta

problemática. Lo que se pretende es disminuir la frecuencia de la conducta castigada negativamente.

Cuando un individuo realiza una respuesta, que ha sido anteriormente reforzada, y no obtiene el reforzamiento la frecuencia de dicha respuesta disminuye. Esto es lo que se conoce como extinción.

En palabras de Méndez y Olivares (2001, p.146), la extinción trae consigo dos efectos: "En primer lugar, es esperable que inmediatamente después de poner en marcha un programa de extinción se produzca un aumento de la frecuencia de la conducta que se pretende disminuir [...]. En segundo lugar, al implantar la extinción es probable que se produzcan reacciones emocionales (por ejemplo, frustración) y agresivas [...]".

Estas características principales hacen que sea un procedimiento inadecuado para personas que realizan conductas peligrosas para ellas mismas (conductas autolesivas) o cuando sea intolerable que aumente temporalmente la conducta.

Técnicas para desarrollar y mantener las conductas

Se destacan tres técnicas para llevar a cabo el desarrollo y mantenimiento de las conductas a lo largo del tiempo: moldeamiento, desvanecimiento y encadenamiento. Antes de aplicar cualquiera de estas técnicas, así como cualquier técnica de modificación de conducta, es preciso definir la conducta en términos operacionales. Es decir, en forma de conducta observable y de manera objetiva. Así nos será más fácil llevar a cabo el registro de las mismas y la contrastación realista de los resultados.

Moldeamiento

El moldeamiento es una técnica mediante la cual se adquieren conductas ausentes o presentes muy vagamente en el repertorio conductual del sujeto (Méndez y Olivares, 2001). Consiste en reforzar consistentemente conductas semejantes a la conducta que pretendemos que el sujeto adquiera y eliminar mediante extinción aquellas que se alejan de la conducta deseada.

Para realizarlo correctamente, deben seguirse una serie de pasos sobre modificación de conducta

Definir de forma precisa la conducta final que pretendemos obtener.

Elegir una conducta más amplia que incluya la que pretendemos que el sujeto adquiera o que tenga semejanza con ésta.

Reforzar dicha conducta (b), hasta que se presente de forma frecuente.

Reducir la amplitud de la conducta para que se parezca cada vez más a la conducta meta utilizando para ello el refuerzo diferencial.

Tal como dice Larroy (2008), el moldeamiento se utiliza de forma espontánea en el aprendizaje de habilidades cotidianas como aprender hablar. Así, cuando un niño produce los primeros balbuceos es reforzado por sus padres, pero cuando produce las primeras sílabas ya no le refuerzan el balbuceo sino lo último. Lo mismo ocurre cuando pronuncian las primeras palabras. De esta manera, mediante el refuerzo diferencial los padres van reforzando aquellas conductas que cada vez se parecen más a la conducta deseada (hablar), pero no las anteriores.

Desvanecimiento

El desvanecimiento se basa en la disminución gradual las ayudas que se le han dado al individuo para que realice la conducta deseada. Pretende que se mantenga el comportamiento del individuo a pesar de la reducción de las ayudas que se le proporcionaron para aprenderlo. Diversos autores (Méndez, Olivares y Beléndez, 2001; Larroy, 2008) coinciden en que el desvanecimiento consta de dos fases:

Fase aditiva: se le suministra al sujeto todas las ayudas necesarias para la consecución de la conducta meta.

Fase sustractiva: las ayudas se van reduciendo de forma progresiva hasta que el sujeto pueda realizar la conducta sin ninguna ayuda externa. La disminución puede desarrollarse de distintas maneras: disminuyendo o demorando la ayuda o bien reduciendo su intensidad.

En ambas fases, se han de facilitar tras la emisión de conductas cercanas a la conducta objetivo, un refuerzo continuo y contingente a dicha emisión. Esta técnica es utilizada junto con el moldeamiento y, al igual que ella, suele emplearse tanto para el aprendizaje cotidiano como para conductas más específicas (ámbito educativo, por ejemplo).

Encadenamiento

La técnica del encadenamiento supone descomponer una conducta compleja en conductas sencillas, de manera que cada una de ellas suponga un eslabón de la cadena. La adquisición de la conducta se produce mediante el reforzamiento de los “eslabones”, los cuales son estímulos reforzadores para la respuesta anterior y estímulos discriminativos (Ed) para la siguiente. Tal como ejemplifica Larroy (2008, p. 299):

Si una chica quiere prepararse para salir a la calle tendrá que realizar distintas conductas como ducharse, vestirse, peinarse...De manera que cada uno de estos actos funciona como estímulo discriminativo del siguiente (si ya me duché, ahora tengo que vestirme) y como reforzador de anterior (poder peinarme es el reforzador de haberme vestido, que a su vez es el reforzador de haberme duchado).

El aprendizaje mediante esta técnica puede realizarse de varias formas:

Encadenamiento hacia atrás. Es el más utilizado. Se empieza por el último eslabón y se van enseñando los restantes en dirección al inicio de la conducta.

Encadenamiento hacia adelante. En este caso sucede al contrario. Se enseña el primer paso y se refuerza, luego se enseña en segundo y se refuerza la realización de ambos juntos, etc.

Tarea completa. Utilizado para tareas sencillas, se trata de que el sujeto realice todos los pasos seguidos, repitiendo la operación hasta que se consolide el aprendizaje de la conducta. El reforzador se proporciona tras la realización de todos los pasos.

2.2.2. MARCO CONCEPTUAL

AUTOESTIMA.

No existe un concepto único sobre Autoestima, más bien hay diferentes formas de entender lo que significa. Como todo, el significado de Autoestima puede entenderse a partir de varios niveles, el energético y el psicológico.

Desde el punto de vista energético, se entiende que:

Autoestima es la fuerza innata que impulsa al organismo hacia la vida, hacia la ejecución armónica de todas sus funciones y hacia su desarrollo; que le dota de organización y direccionalidad en todas sus funciones y procesos, ya sean éstos cognitivos, emocionales o motores.

De aquí se desprende:

- Existe una fuerza primaria que nos impulsa hacia la vida.
- Esa fuerza posibilita la realización de las funciones orgánicas armónicamente.
- Esa fuerza nos permite desarrollarnos.
- Esa fuerza nos permite tener una organización, una estructura.
- Esa fuerza es responsable de nuestros procesos de funcionamiento, y tiene que ver con nuestros pensamientos, nuestros estados emocionales y nuestros actos.

Desde el punto de vista psicológico, puede decirse que:

Autoestima es la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y nuestras necesidades reales; de amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos en los que nos corresponda interactuar.

De aquí se desprende lo siguiente:

- La Autoestima es una disposición, un contenido, un recurso natural en el ser humano.
- La Autoestima es desarrollable.

- La Autoestima sólo existe relacionada con la experiencia de la vida.
- La Autoestima está relacionada con el hecho de estar conscientes de nuestras potencialidades y necesidades.
- La Autoestima está relacionada con la confianza en uno mismo.
- Existen necesidades reales y otras que no lo son aunque a veces así lo pensemos.
- La Autoestima está relacionada con el amor incondicional hacia uno mismo.
- La Autoestima orienta la acción hacia el logro de los objetivos y el bienestar general.
- Podemos tener limitaciones y a pesar de ello tener Autoestima.
- Los eventos externos, las contingencias, no necesariamente deben afectar nuestra Autoestima., al menos no de manera estable o permanente.

Otros conceptos de Autoestima, relacionados de alguna forma con los que ya hemos expuesto arriba, sugieren que:

- Es el juicio que hago de mí mismo.
- La sensación de que encajo y de que tengo mucho por dar y recibir.
- La convicción de que con lo que soy basta para funcionar; que no tengo que incorporar nada nuevo a mi vida, sino reconocer aspectos de mí que no he concientizado, para luego integrarlos.
- La reputación que tengo ante mí mismo.
- Es una manera de vivir orientada hacia el bienestar, el equilibrio, la salud y el respeto por mis particularidades.

Para efectos de facilitar la comprensión de todo lo expresado anteriormente, asumiremos que la Autoestima es siempre cuestión de grados y puede ser aumentada, ya que si lo vemos con cuidado, concluiremos que siempre es posible amarnos más, respetarnos más o estar más conscientes de nosotros y de la relación que tenemos con todo lo que nos rodea, sin llegar a caer en el narcisismo o egoísmo, que es cuando sólo podemos amarnos a nosotros mismos. Por eso utilizaremos expresiones como aumentar, elevar o

desarrollar la Autoestima, para aludir al hecho de que alguien pueda mejorar en los aspectos citados.

De manera que sí es posible una potenciación de este recurso de conocimiento, aceptación y valoración de uno mismo.

Cuando nos referimos a personas o situaciones de poco amor o respeto hacia nosotros mismos, utilizaremos los términos "DESVALORIZACIÓN" o "DESESTIMA", como palabras que se refieren a una manera inconsciente de vivir que niega, ignora o desconoce nuestros dones, recursos, potencialidades y alternativas.

También es conveniente aclarar, que podemos tener comportamientos de baja Autoestima, en algún momento, aunque nuestra tendencia sea vivir conscientes, siendo quienes somos, amándonos y respetándonos. Puede también suceder lo contrario: vivir una vida sin rumbo, tendente al Auto sabotaje y a la inconsciencia, pero podemos experimentar momentos de encuentro con nuestra verdadera esencia. Fragmentos de tiempo de inconsciencia y desconfianza en uno, no son igual que una vida inconsciente regida por el miedo como emoción fundamental. Lo uno es actitud pasajera, lo otro es forma de vida. Hay que distinguir.

LOS MAPAS.

Es pertinente definir un término al que ya nos hemos referido sin darle nombre: LOS MAPAS. La Autoestima, como lo hemos visto, obedece a un conjunto de programaciones que define la forma como el individuo funcionará y procesará sus experiencias, los mapas son informaciones codificadas, obtenidas de nuestros padres, maestros, personas importantes más cercanas, que hemos ido guardando desde que nacemos. Experiencias del ayer que quedaron codificadas, ancladas en el sistema nervioso central o periférico.

Incluyen todo lo vivido, experienciado, lo aprendido, lo informado.

Si nos preguntamos cuándo nuestro mapa mental es adecuado o positivo, podemos encontrar la respuesta en las palabras del famoso terapeuta Fritz Perls: "Un mapa adecuado es aquel que representa la realidad tan fielmente como sea posible en un momento determinado". En líneas generales, cada quien percibe la realidad (su realidad) de acuerdo con sus mapas personales.

PARÁLISIS.

La frustración es interpretada de forma tal que incapacita para la acción creativa. La apatía es una forma de manifestación de esta reacción.

NEGACIÓN.

La impotencia induce un bloqueo perceptivo, un autoengaño severo basado en el miedo al dolor. El adicto que asegura no tener adicción, es una muestra de este mecanismo.

EVASIÓN.

Aquí la estrategia es hacer todo lo que nos impida ver la situación a la cara. Se conoce su presencia pero se teme enfrentarla y se pospone. La diversión compulsiva es una forma de evasión bastante común.

ENFERMEDAD.

Aunque cualquiera de las manifestaciones anteriores conducen, si se prolongan, a estados de desequilibrio orgánico, en ocasiones se toma el camino corto y la reacción a la frustración es violenta, y se manifiesta en forma de enfermedad.

Todos estos modos de reacción, de manejo inadecuado de la energía interior, reflejan ausencia de Autoestima, de conciencia de la capacidad para responder creativamente a las circunstancias. Es por eso, por la tendencia creciente que exhibe el humano de hoy a la autodestrucción, por lo que necesitamos un recurso protector que nos guíe hasta nuestro poder

personal, hacia el restablecimiento del ritmo, del equilibrio, de la conciencia, de la integración. Ese recurso es la Autoestima, con él nacemos pero debemos reencontrarlo.

INCONSCIENCIA.

Ignora quién es y el potencial que posee; funciona automáticamente y depende de las circunstancias, eventualidades y contingencias; desconoce sus verdaderas necesidades y por eso toma la vida con indiferencia o se dedica a hacer mil cosas que no le satisfacen; ignora las motivaciones, creencias, criterios y valores que le hacen funcionar. Muchas áreas de su vida reflejan el caos que se desprende del hecho de no conocerse. Parte de ese caos, generalmente autoinducido, se observa en conductas autodestructivas de distinta índole. El desestimado vive desfasado en el universo temporal; tiene preferencia por el futuro o el pasado y le cuesta vivir la experiencia del hoy: se distrae con facilidad. Pensar y hablar de eventos pasados o soñar con el futuro, son conductas típicas del ser que vive en baja Autoestima.

DESCONFIANZA.

El desestimado no confía en sí mismo, teme enfrentar las situaciones de la vida y se siente incapaz de abordar exitosamente los retos cotidianos; se percibe incompleto y vacío; carece de control sobre su vida y opta por inhibirse y esperar un mejor momento que casi nunca llega. Tiende a ocultar sus limitaciones tras una "careta", pues al no aceptarse, teme no ser aceptado. Eso lo lleva a desconfiar de todos y a usar su energía para defenderse de los demás, a quienes percibe como seres malos y peligrosos; siempre necesita estar seguro y le es fácil encontrar excusas para no moverse. La vida, desde aquí, parece una lucha llena de injusticia.

IRRESPONSABILIDAD.

Niega o evade sus dificultades, problemas o conflictos. Culpa a los demás por lo que sucede y opta por no ver, oír o entender todo aquello que le conduzca hacia su responsabilidad. Sus expresiones favoritas son: "Si yo

tuviera", "Si me hubieran dado", "Ojalá algún día", y otras similares que utiliza como recurso para no aclarar su panorama y tomar decisiones de cambio. En su irresponsabilidad, el desestimado acude fácilmente a la mentira. Se miente a sí mismo, se auto engaña y engaña a los demás. Esto lo hace para no asumir desde la consciencia adulta las consecuencias de sus actos, de su interacción con el mundo. Ninguna cantidad de nubes puede tapar por mucho tiempo el sol.

INCOHERENCIA.

El desestimado dice una cosa y hace otra. Asegura querer cambiar pero se aferra a sus tradiciones y creencias antiguas aunque no le estén funcionando. Vive en el sueño de un futuro mejor pero hace poco o nada para ayudar a su cristalización. Critica pero no se autocrítica, habla de amor pero no ama, quiere aprender pero no estudia, se queja pero no actúa en concordancia con lo que dice anhelar. Su espejo no lo refleja.

INEXPRESIVIDAD.

Por lo general reprime sus sentimientos y éstos se revierten en forma de resentimientos y enfermedad. Carece de maneras y estilos expresivos acordes con el ambiente, porque no se lo enseñaron o porque se negó a aprenderlos. En cuanto a la expresión de su creatividad, la bloquea y se ciñe a la rutina y paga por ello el precio del aburrimiento.

IRRACIONALIDAD.

Se niega a pensar. Vive de las creencias aprendidas y nunca las cuestiona. Generaliza y todo lo encierra en estereotipos, repetidos cíclica y sordamente. Pasa la mayor parte de su tiempo haciendo predicciones y pocas veces usa la razón. Asume las cosas sin buscar otras versiones ni ver otros ángulos. Todo lo usa para tener razón aunque se destruya y destruya a otros.

INARMONÍA.

El desestimado tiende al conflicto y se acostumbra a éste fácilmente. Se torna agresivo e irracional ante la critica, aunque con frecuencia critique y

participe en coros de chismes. En sus relaciones necesita controlar a los demás para que le complazcan, por lo que aprende diversas formas de manipulación. Denigra del prójimo, agrede, acusa y se vale del miedo, la culpa o la mentira para hacer que los demás le presten atención. Cuando no tiene problemas se los inventa

porque necesita del conflicto. En estado de paz se siente extraño y requiere de estímulos fuertes generalmente negativos. En lo interno, esa inarmonía se evidencia en estados ansiosos, que desembocan en adicciones y otras enfermedades.

Para el desestimado, la soledad es intolerable ya que no puede soportar el peso aturdidor de su consciencia.

DISPERSIÓN.

Su vida no tiene rumbo; carece de un propósito definido.

No planifica, vive al día esperando lo que venga, desde una fe inactiva o una actitud desalentada y apática. Se recuesta en excusas y clichés para respaldar su permanente improvisación.

DEPENDENCIA.

El desestimado necesita consultar sus decisiones con otros porque no escucha ni confía en sus mensajes interiores, en su intuición, en lo que el cuerpo o su verdad profunda le gritan.

Asume como propios los deseos de los demás, y hace cosas que no quiere para luego quejarse y resentirlas. Actúa para complacer y ganar amor a través de esa nefasta fórmula de negación de sí mismo, de autosacrificio inconsciente de sus propias motivaciones. Su falta de autonomía, la renuncia a sus propios juicios hace que al final termine culpándose, autoincriminándose, resintiendo a los demás y enfermándose como forma de ejecutar el autocastigo de quien sabe que no está viviendo satisfactoriamente. La dependencia es el signo más característico de la inmadurez psicológica, que lleva a una persona, tal como dice Fritz Perls, a no pararse sobre sus propios pies y vivir plenamente su vida.

INCONSTANCIA.

Desde el miedo, una de las emociones típicas del desestimado, las situaciones se perciben deformadas y el futuro puede parecer peligroso o incierto. La falta de confianza en las propias capacidades hace que aquello que se inicia no se concrete. Ya sea aferrándose a excusas o asumiendo su falta de vigor, el desestimado tiene dificultad para iniciar, para continuar y para terminar cualquier cosa. Puede que inicie y avance en ocasiones, pero frente a situaciones que retan su confianza, abandonará el camino y buscará otra senda menos atemorizante. La inconstancia, la falta de continuidad, señala poca tolerancia a la frustración.

RIGIDEZ.

La persona desvalorizada lucha porque el mundo se comporte como ella quiere. Desea que donde hay calor haya frío, que la vejez no exista y que todo sea lindo. Le cuesta comprender que vivimos interactuando en varios contextos con gente diferente a nosotros en muchos aspectos, y que la verdad no está en mí o en ti, sino en un "nosotros" intermedio que requiere a veces "estirarse". Sufrir porque está lloviendo, negarnos a entender que una relación ha finalizado, empeñarnos en tener razón aunque destruyamos vínculos importantes, demuestra incapacidad para abandonar posturas rígidas que nos guían por la senda del conflicto permanente. Eso es no quererse, eso es Desestima.

En general, el desvalorizado es un ser que no se conoce, que no se acepta y que no se valora; que se engaña y se auto sabotea porque ha perdido el contacto consigo mismo, con su interioridad, y se ha desbocado hacia el mundo con el afán de ganar placer, prestigio y poder, es decir, de obtener a cualquier precio la aprobación de los demás, como un niño que requiere el abrazo materno para sobrevivir. El desestimado no se percata fácilmente de que ha roto el equilibrio que necesita para vivir paz y disfrutar de la vida, que como un don especial le ha sido.

CONSCIENCIA.

El autoestimado es la persona que todos podemos ser. Alguien que se ocupa de conocerse y saber cuál es su papel en el mundo. Su característica esencial es la consciencia que tiene de sí, de sus capacidades y potencialidades así como de sus limitaciones, las cuales tiende a aceptar sin negarlas, aunque o se concentra en ellas, salvo para buscar salidas más favorables. Como se conoce y se valora, trabaja en el cuidado de su cuerpo y vigila sus hábitos para evitar que aquellos que le perjudican puedan perpetuarse. Filtra sus pensamientos enfatizando los positivos, procura estar emocionalmente arriba, en la alegría y el entusiasmo, y cuando las situaciones le llevan a sentirse rabioso o triste expresa esos estados de la mejor manera posible sin esconderlos neuróticamente.

En el autoestimado el énfasis está puesto en darse cuenta de lo que piensa, siente, dice o hace, para adecuar sus manifestaciones a una forma de vivir que le beneficie y le beneficie a quienes le rodean, en vez de repetir como robot lo que aprendió en su ayer cuando era niño o adolescente. Esa consciencia de la autoestima, hace que el individuo se cuide, se preserve y no actúe hacia la autodestrucción física, mental, moral o de cualquier tipo. La gratitud es norma en la vida de quien se aprecia y se sabe bendito por los dones naturales que posee.

CONFIANZA.

Autoestima es también confianza en uno mismo en las fuerzas positivas con las que se cuenta para abordar el día a día. Esta confianza es la guía para el riesgo, para probar nuevos caminos y posibilidades; para ver alternativas en las circunstancias en que la mayoría no ve salida alguna; para usar la inteligencia y seguir adelante aunque no se tengan todas las respuestas. Esta es la característica que hace que el ser se exprese en terrenos desconocidos con fe y disposición de éxito. Cuando se confía en lo que se es, no se necesitan justificaciones ni explicaciones para poder ser aceptado. Cuando surgen las diferencias de opinión, confiar en uno hace que las críticas se acepten y se les utilice para el crecimiento.

RESPONSABILIDAD.

El que vive desde una Autoestima fortalecida asume responsabilidad por su vida, sus actos y las consecuencias que éstos pueden generar. No busca culpables sino soluciones. Los problemas los convierte en un "cómo", y en vez de compadecerse por no lograr lo que quiere, el autoestimado se planteará las posibles formas de obtenerlos. Responsabilidad es responder ante alguien, y ese alguien es, él mismo o Dios en caso de que su visión de la vida sea espiritual. Toma como regalo el poder influir en su destino y trabaja en ello. Quien vive en este estado no deja las cosas al azar, sino que promueve los resultados deseados y acepta de la mejor forma posible lo que suceda.

COHERENCIA.

La Autoestima nos hace vivir de manera coherente y nos impulsa a realizar el esfuerzo necesario para que nuestras palabras y actos tengan un mismo sentido. Aunque el autoestimado guste de hablar, sus actos hablarán por él tanto o más que sus palabras. No quiere traicionarse y se esmera en combatir y vencer sus contradicciones internas.

EXPRESIVIDAD.

Los que viven confiados en su poder, aman la vida y lo demuestran en cada acto. No temen liberar su poder aunque puedan valorar la prudencia y respetar las reglas de cada contexto. Mostrar afecto, decir "te quiero", halagar y tocar físicamente, son comportamientos naturales en quienes se estiman, ya que disfrutan de sí mismos y de su relación con las personas. La forma de vincularse es bastante libre y sin la típica cadena de prejuicios que atan culturalmente al desvalorizado. En esa expresividad, es seguro observar límites, ya que para expresarse no hay que invadir ni anular a nadie. La expresividad del autoestimado es consciente y natural, no inconsciente ni prefabricada.

RACIONALIDAD.

En el terreno de la Autoestima se acepta lo espontáneo aunque el capricho es indeseable. La vida es vista como una oportunidad lo bastante especial como para no dejarla en manos de la suerte. De esta visión se deriva un respeto por la razón, el conocimiento y la certeza. Quien anda de manos del amor propio, no juega consigo y por eso valora el tiempo como recurso no renovable que es. Quien se respeta busca, sin compulsiones, alcanzar un mínimo control de su existencia y para eso usa su inteligencia y capacidad de discernimiento, confiando en lograr sus objetivos al menor costo. He allí la consciencia de efectividad de la Autoestima.

ARMONÍA.

Autoestima es sí misma armonía, equilibrio, balance, ritmo y fluidez. Cuando existe valoración personal, también se valora a los demás, lo que favorece relaciones sanas y plenas medidas por la honestidad, la ausencia de conflicto y la aceptación de las diferencias individuales. Por ser la paz interna la máxima conquista de la Autoestima, quienes están por ese camino hacen lo posible por armonizar y aminorar cualquier indicador de conflicto. Esta armonía interior ahuyenta la ansiedad y hace tolerable la soledad, vista a partir de un estado armónico de vida como un espacio de crecimiento interior, encuentro con uno mismo y regocijo.

RUMBO.

El respeto hacia nosotros y hacia la oportunidad de vivir engendra una intención de expresar el ser, de trascender, de lograr y de ser útil. Eso se hace más factible al definir un rumbo, un propósito, una línea de objetivos y metas, un plan para ofrendarlo a la existencia y decir "esto es lo que soy y esto es lo que ofrezco". La vida es un don que se expresa a través de una misión y una vocación; descubrirlo es tarea de cada quien, y es únicamente en ese camino donde hallaremos la plenitud y la alegría de vivir. No hacerlo, equivale a nadar en tierra o arar en mar. El rumbo es indispensable aunque podamos modificarlo, si se llegara a considerar necesario.

AUTONOMÍA.

La autonomía tiene que ver con la independencia para pensar, decidir y actuar; con moverse en la existencia de acuerdo con las propias creencias, criterios y convicciones, en vez de como seguimiento del ritmo de quienes nos rodean. No se puede vivir para complacer expectativas de amigos, parientes o ideologías prestadas, mientras algo dentro de nosotros grita su desacuerdo y pide un cambio de dirección. El autoestimado busca y logra escucharse, conocerse, dirigirse y pelear sus propias batallas confiando en que tarde o temprano las ganará. No se recuesta en la aprobación, sino que mira hacia el interior donde latén sus auténticas necesidades, sin desdeñar lo que el mundo puede ofrecerle.

VERDAD.

El autoestimado siente respeto reverencial por la verdad, no la niega sino que la enfrenta y asume con sus consecuencias. Los hechos son los hechos, negarlos es un acto irresponsable que nos quita control sobre nuestra vida. Cuando se evade la verdad, comienza uno a creerse sus propias mentiras. No recuerdo quien fue la persona que dijo "no le temas tanto la verdad como para negarte a conocerla".

PRODUCTIVIDAD.

La productividad es un resultado lógico de la Autoestima. Me refiero a una productividad equilibrada en las distintas áreas de la vida humana. No a la productividad meramente económica que suele ser causa de enormes distorsiones en las relaciones y en la salud. Esta productividad equilibrada es consecuencia de reconocer y utilizar los dones y talentos de manera efectiva. Iniciativa, creatividad, perseverancia, capacidad de relacionarse y otros factores asociados con una sana Autoestima posibilitan, al entrar en funcionamiento, la obtención de aquello que deseamos, o al menos de algo bastante cercano.

PERSEVERANCIA.

Cuando alguien tiene confianza en sí mismo, es capaz de definir objetivos trazar un rumbo, iniciar acciones para lograr esos objetivos y, además desarrollar la capacidad para el esfuerzo sostenido, la convicción de que tarde o temprano verá el sueño realizado. La perseverancia es por eso característica clara de la persona autoestimada, para quien los eventos frustrantes son pruebas superables desde sus conciencia creativa.

FLEXIBILIDAD.

Es característica de la persona autoestimada aceptar las cosas como son y no como se le hubiese gustado que fueran. Ante la novedad, para no sufrir, es necesario flexibilizar nuestras creencias y adecuar nuestros deseos sin caer, claro está, en la resignación o la inacción. Flexibilidad implica abrirse a lo nuevo, aceptar las diferencias y lograr convivir con ellas; tomarse algunas cosas menos en serio, darse otras oportunidades y aprender a adaptarse. Todas estas son manifestaciones de inteligencia, consciencia y respeto por el bienestar.

De forma sencilla y resumida, Lair Ribeiro al referirse a los atributos de la persona autoestimada nos dice que ésta es "ambiciosa sin ser codiciosa, poderosa sin ser opresora, auto afirmativa sin ser agresiva, e inteligente sin ser pedante".

TIMIDEZ.

Es una estrategia de vinculación basada en el miedo, asumida por las personas cuando intentan evitar ser desaprobadas y proteger la imagen que tienen de sí mismas (autoimagen). La Timidez puede ser muy nociva cuando:

- Impide la expresión libre de ideas y sentimientos.
- Bloquea el disfrute de las relaciones.
- Resta oportunidades sociales.
- Genera ansiedad, depresión, adicciones.
- Impide la defensa de nuestros derechos legítimos.

La persona que actúa con timidez, desarrolla una serie de mecanismos de defensa que lo protejan de los encuentros e interacciones que cree que serán tensos. Esos mecanismos los podemos englobar bajo la denominación de "Zona de Seguridad": un espacio de protección física y psicológica que nos sirve para evitar que se nos conozca a fondo. Todo esto es una respuesta a un miedo irracional y aprendido. No somos tímidos, aprendemos a actuar tímidamente.

Algunas formas como manifestamos nuestra Zona de Seguridad, son:

- Marcar distancia física (alejarse, no tocarse, interponer objetos)
- Evadir miradas
- Hacer creer que no escuchamos lo que nos dicen
- Hacer creer que no entendemos lo que nos dicen
- Actuar con indiferencia
- Hacerse el indiferente
- Actuar irónicamente o agresivamente
- Evitar abordar temas personales
- Actuar con falsedad, fingir (ponerse una "careta")

AGRESIVIDAD.

Es una forma inadecuada de canalizar la frustración, que facilita el desbordamiento emocional con consecuentes daños en las relaciones. Generalmente surge como una reacción defensiva al miedo y/o culpa que la persona siente pero se niega a reconocer. Se relaciona con la imposición, la intolerancia, el autoritarismo y el abuso.

Algunas desventajas de la Agresividad, son:

- Demuestra debilidad psicológica
- Hace que la gente se aleje por autoprotección
- Impide evaluar los hechos adecuadamente
- Induce a reacciones destructivas
- Al prolongarse, genera enfermedades psicosomáticas

ASERTIVIDAD.

La tercera forma de vinculación, la única que responde a una Autoestima desarrollada, es la Comunicación Asertiva. Se entiende por ésta al estilo honesto, directo y equilibrado de comunicación, caracterizado por diálogo respetuoso y frontal, para expresar y defender nuestros derechos a través de comportamientos adecuados con voz firme, contacto visual, postura recta y frontal y uso de expresiones verbales que reflejan autor respeto, como por ejemplo:

- Me sentiría mejor contigo, si...
- Algo que sucede y que me está afectando, es...
- No me siento bien, cuando...
- Cuando haces... yo me siento... por favor no lo hagas de nuevo....

Vale decir que las razones por las que no somos asertivos, y optamos por relacionarnos a través de formas auto saboteadoras, son:

- Aprendizaje por modelaje de patrones familiares
- Inconsciencia de los beneficios de una comunicación asertiva
- Miedo a la desaprobación y al rechazo
- Carencia de entrenamiento en conductas asertivas..

CAPITULO III

III RESULTADOS Y DISCUSIÓN.

3.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.

3.1.1. FICHAS DE OBSERVACIÓN APLICADA A ESTUDIANTES.

CUADRO N°01: Ficha de observación

Nº	PREGUNTA	CRITERIOS						TOTAL	
		SIEMPRE		A VECES		NUNCA			
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
01	Estoy seguro/a de mí mismo/a	03	8.57	07	20.00	25	71.42	35	100
02	Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos	03	8.57	10	28.57	22	62.85	35	100
03	Me avergüenza hablar delante de otros niños/as	24	68.57	09	25.71	02	5.71	35	100

04	Puedo tomar decisiones fácilmente	03	8.57	07	20.00	25	71.42	35	100
05	Me siento orgulloso/a de mi trabajo (en la escuela)	02	5.71	09	25.71	24	68.57	35	100
06	Debo tener a alguien que me diga lo que debo hacer	25	71.42	07	20.00	03	8.57	35	100
07	Me arrepiento de las cosas que hago	22	62.85	10	28.57	03	8.57	35	100
08	Soy popular entre mis compañeros	02	5.71	09	25.71	24	68.57	35	100
09	Mis padres consideran mis sentimientos	03	8.57	07	20.00	25	71.42	35	100
10	trabajo lo mejor que puedo	03	8.57	07	20.00	25	71.42	35	100
11	Me mantengo firme en mis decisiones	02	5.71	08	22.85	25	71.42	35	100
12	Me gusta que el profesor/a me pregunte en clase	02	5.71	09	25.71	24	68.57	35	100
13	Me cuesta comportarme como soy en realidad	22	62.85	10	28.57	03	8.57	35	100
14	Me presta atención en casa	02	5.71	09	25.71	24	68.57	35	100
15	Puedo tomar decisiones y cumplirlas	03	8.57	07	20.00	25	71.42	35	100
16	Tengo una mala opinión de mí mismo/a	25	71.42	07	20.00	03	8.57	35	100
17	Me gusta estar con otra gente	02	5.71	09	25.71	24	68.57	35	100
18	Me avergüenzo de mí mismo/a	25	71.42	07	20.00	03	8.57	35	100

FUENTE 35 niños del 3er Grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del Distrito de José Leonardo Ortiz.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN Luego de aplicada la ficha de observación, ante la pregunta Estoy seguro/a de mí mismo/a, el 8.57% responde que siempre que a veces responde el 20% y el restante 71.42% responde que nunca está seguro, ante las pregunta Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos, el 8.57% responde que siempre, que a veces responde el 28.57% y 22 alumnos de los 35 que representa el 62.85% de la muestra responden que nunca, en el mismo sentido cuando se pregunta si se avergüenza hablar delante de otros niños/as, el 68.57% responde que siempre que a veces se avergüenza responde el 25.71% y que nunca lo hace responde el 5.71%, de la misma manera responde que siempre el 8.57%, que a veces lo hace el

20% y que nunca responde el 71.24% ante la pregunta puedo tomar decisiones fácilmente?, cuando se pregunta si siente orgullo de su trabajo, el 5.71% responde que siempre, el 25.71% responde que a veces y 24 de los 35 alumnos observados lo que representa el 68.57% responde que nunca, sobre si debe tener a alguien que le diga lo que debe hacer el 71.24% responde que siempre, que a veces lo hace el 20% y 3 de los 35 alumnos de la muestra lo que equivale al 8.57% responde que siempre, el 62.85% se arrepiente de las cosas que hace, que a veces se arrepiente responde el 28.57% y sólo el 8.57% responde que nunca se arrepiente; sobre si el popular entre sus compañeros, el 5.71% responde que siempre es popular, que a veces responde el 25.71% y el 68.57% responde que nunca es popular, sobre si sus sentimientos, el 8.57% responde que siempre, el 20% responde que a veces y el 71.42% responde que nunca, cuando se pregunta si trabaja lo mejor que puede el 71.24% responde que nunca lo hace que a veces trabaja lo mejor que puede responder el 20% y solo 03 de los 35 alumnos observados lo que corresponde al 8.57% responde que siempre, el 5.71% responde que siempre, que a veces responde el 22.85% y que nunca el 71.42% ante la pregunta si se mantiene firme en sus decisiones, ante la pregunta Me gusta que el profesor/a me pregunte en clase, el 5.71% responde que siempre le gusta mientras que el 25.71% responde que a veces le gusta y que nunca le gusta responde el 68.57%, sobre si le cuesta comportarse como es en la realidad, el 62.85% responde que siempre, que a veces el 28.57% y que nunca la cuesta comportarse como realmente es responde el 8.57% cuando se observa si le prestan atención en casa el 5.71% responde que siempre, que a veces responde el 25.71% y que nunca le prestan atención responde el 68.57%, sólo el 8.57% responde que siempre puede tomar decisiones y cumplirlas, el 20% dice que a veces y el restante 71.42% responde que nunca, el 71.42% dice que siempre tiene una mala opinión de sí mismo, el 20% responde que a veces y sólo 03 alumnos de los 35 observados, lo que equivale al 8.57% dice que nunca tiene una mala opinión de sí mismo, sobre si le gusta estar con otra gente el 5.71 responde que siempre, que a veces lo hace el 25.71% y que nunca le gusta estar acompañado responde el 68.57%, en el mismo sentido el 71.42% responde que siempre, que a veces responde el 20% y que nunca se avergüenza de sí mismo sólo responde el 8.57%

3.2 PROPUESTA DE PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES PARA SUPERAR LA BAJA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER

GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 11011 SEÑOR DE LOS MILAGROS DEL DISTRITO DE JOSÉ LEONARDO ORTIZ, PROVINCIA CHICLAYO, REGIÓN LAMBAYEQUE, 2015.

PRESENTACIÓN:

La presente propuesta resulta de la necesidad de elevar los niveles de autoestima en los niños del tercer grado de Educación Primaria de la Institución educativa N° 11011 Señor de los Milagros del Distrito de José Leonardo Ortiz, Provincia Chiclayo, Región Lambayeque, 2015.

3.2.1. FUNDAMENTACIÓN:

La autoestima (AE) 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. Cuando un niño tiene una buena autoestima, se sabe valioso y competente. Entiende que aprender es importante, con lo cual no se siente disminuido cuando necesita ayuda. Es responsable, se comunica bien y es capaz de relacionarse adecuadamente con otros. Un niño con baja autoestima no confía en sí mismo y por lo tanto tampoco en los demás. Suele ser tímido, hipercrítico, poco creativo y en ocasiones puede desarrollar conductas agresivas, de riesgo y desafiantes. Esto provoca rechazo en los demás, lo que a su vez repercute en su autovaloración. En la conformación de la autoestima, influyen factores de diversos tipos:

- Personales (la imagen corporal, las habilidades físicas e intelectuales...).
- Personas significativas (padres, hermanos, profesorado, amigos,...).
- Factores sociales (valores, cultura, creencias...).

Por lo tanto, su desarrollo estará estrechamente ligado a los valores de la sociedad en la que nacemos y vivimos; si la honestidad, riqueza, delgadez o habilidades en el fútbol son valores sociales admitidos y el niño los tiene, se le facilitará una buena autoestima. Pero, además, es importantísima la consideración y crítica que reciba por parte de los adultos, sobre todo de aquellos más significativos para el niño (mientras más importante sea una persona para él o ella, mayor valor tendrá su opinión y mayor será la influencia en la percepción que se va formando de sí mismo)

A pesar de ser considerado por el profesorado como uno de los problemas más importantes, no existen estudios que cuantifiquen y analicen el fenómeno de la baja autoestima. Hay estudios parciales, limitados a zonas y comunidades concretas, no estudios globales que definan este fenómeno y permitan estudiar su evolución. Sin embargo, proliferan los ensayos sobre los problemas de la disrupción en las aulas basados en demasiadas ocasiones en prejuicios o análisis poco claros, describiendo escenarios catastróficos que no siempre se corresponden con la realidad.

3.2.3. JUSTIFICACIÓN.

Consideramos que al implementar el programa de habilidades sociales supera la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque, nos permitirá concentrar múltiples estrategias que serán mediadas a partir de las funciones comunicativas, ya que éstas permiten además del control de sus impulsividades, de sus respuestas, de que puedan establecer un comportamiento planificado y exploratorio, entre otras, además se podrá concretar en los el dialogo entre pares, la mediación que permitirá una mejor relación entre ellos

3.2.4. OBJETIVOS:

3.2.4.1. GENERALES:

Supera la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque sustentado en las teorías científicas del desarrollo de la asertividad, teoría centrada en la persona y la teoría cognitiva

3.2.4.2 ESPECÍFICOS

- 3.2.4.2.1 Desarrolla estrategias cognitivas para Evaluar la capacidad para mostrar seguridad en sus actos
- 3.2.4.2.2 Desarrolla estrategias cognitivas de aprendizaje para Optimiza el dominio del saber percibirse como persona
- 3.2.4.2.3 Desarrolla estrategias cognitivas para supera el poco dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas.
- 3.2.4.2.4 Desarrolla estrategias para modificar un comportamiento determinado
- 3.2.4.2.5 Desarrolla técnicas para ser capaz de aprender continuamente.

PROPUESTA:

3.2.5.1. HABILIDADES.

- 3.2.5.1.1. Evalúa la poca capacidad para mostrar seguridad en sus actos
- 3.2.5.1.2. Optimiza el dominio del saber percibirse como persona
- 3.2.5.1.3. Da muestras de sentirse cómodo y a gusto con otras personas
- 3.2.5.1.4. Crea motivaciones suficientes para modificar un comportamiento determinado
- 3.2.5.1.5. Es consciente de ser capaz de aprender continuamente

3.2.5.2. CONTENIDOS.

- 3.2.5.2.1. Desarrolla estrategias cognitivas para Evaluar la capacidad para mostrar seguridad en sus actos
- 3.2.5.2.2. Desarrolla estrategias cognitivas de aprendizaje para Optimiza el dominio del saber percibirse como persona
- 3.2.5.2.3. Desarrolla estrategias cognitivas para supera el poco dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas
- 3.2.5.2.4. Desarrolla estrategias para modificar un comportamiento determinado
- 3.2.5.2.5. Desarrolla técnicas para ser capaz de aprender continuamente.

3.2.5.3. ACTIVIDADES.

- 3.2.5.3.1. Brindar al estudiante la oportunidad de plantearse interrogantes y trate de buscar sus propias respuestas para sentirse seguro de sus actos.
- 3.2.5.3.2. Propiciar experiencias que permitan al estudiante Optimiza el dominio del saber percibirse como persona
- 3.2.5.3.3. Orientar la consecución de estrategias cognitivas para mejorar el dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas

- 3.2.5.3.4. Propiciar el desarrollo de estrategias cognitivas para supera el poco dominio del saber aprender a modificar un comportamiento determinado.
- 3.2.5.3.5. Orientar la consecución de estrategias cognitivas para mejorar el dominio del saber sentirse capaz de aprender continuamente.

3.2.5.1. METODOLOGÍA.

- 3.2.5.1.1 Participa activamente de las actividades programadas para plantearse interrogantes y trate de buscar sus propias respuestas para sentirse seguro de sus actos
- 3.2.5.1.2 Participa activamente en actividades que le permita al estudiante Optimiza el dominio del saber buscar sus propias respuestas para percibirse como persona.
- 3.2.5.1.3 Trabaja cooperativamente para Orientar la consecución de estrategias cognitivas para mejorar el dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas.
- 3.2.5.1.4 Participa activamente para propiciar el desarrollo de estrategias cognitivas para supera el poco dominio del saber aprender a modificar un comportamiento determinado.
- 3.2.5.3.6. Desarrolla estrategias cognitivas para ser capaz de aprender continuamente.

3.2.5.2. MÓDULOS:

- 3.2.5.5.1. Estrategias cognitivas para desarrollar la capacidad de sentirse seguro de sus actos
- 3.2.5.5.2. estrategias cognitivas de aprendizaje para percibirse como persona.

- 3.2.5.5.3. Desarrolla estrategias cognitivas de creatividad para saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas.
- 3.2.5.5.4. Desarrolla estrategias para superar el poco dominio del saber aprender a modificar un comportamiento determinado.
- 3.2.5.5.5. Orientar la consecución de estrategias cognitivas para ser capaz de aprender continuamente.

3.2.5.6. EVALUACIÓN

- . A los participantes:
 - 3.3.5.6.1. De entrada.
 - 3.3.5.6.2. De proceso.
 - 3.3.5.6.3. De salida

MODULO 01: Estrategias cognitivas para desarrollar la capacidad de sentirse seguro de sus actos

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Evalúa la poca capacidad para mostrar seguridad en sus actos	Desarrolla estrategias cognitivas para Evaluar la capacidad para mostrar seguridad en sus actos	Brindar al estudiante la oportunidad de plantearse interrogantes y trate de buscar sus propias respuestas	Participa activamente de las actividades programadas para plantearse interrogantes y trate de buscar sus propias	cuatro semanas

		para sentirse seguro de sus actos.	respuestas para sentirse seguro de sus actos	
--	--	--	--	--

MODULO 02: estrategias cognitivas de aprendizaje para percibirse como persona

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Optimiza el dominio del saber percibirse como persona	Desarrolla estrategias cognitivas de aprendizaje para Optimiza el dominio del saber percibirse como persona	Propiciar experiencias que permitan al estudiante Optimiza el dominio del saber percibirse como persona	Participa activamente en actividades que le permita al estudiante Optimiza el dominio del saber buscar sus propias respuestas para percibirse como persona.	cuatro semanas

MODULO 03 Desarrolla estrategias cognitivas de creatividad para saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Da muestras de sentirse cómodo y a gusto con otras personas	Desarrolla estrategias cognitivas para supera el poco dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas	Orientar la consecución de estrategias cognitivas para mejorar el dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas	Trabaja cooperativamente para Orientar la consecución de estrategias cognitivas para mejorar el dominio del saber sentirse cómodo y a gusto con otras personas.	Cuatro semana

MODULO 04 Desarrolla estrategias para superar el poco dominio del saber aprender a modificar un comportamiento determinado.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Crea motivaciones suficientes para modificar un comportamiento determinado.	Desarrolla estrategias para modificar un comportamiento determinado.	Propiciar el desarrollo de estrategias cognitivas para superar el poco dominio del saber aprender a modificar un comportamiento determinado.	Participa activamente para propiciar el desarrollo de estrategias cognitivas para superar el poco dominio del saber aprender a modificar un comportamiento determinado.	Cuatro semana

MODULO 05 Orientar la consecución de estrategias cognitivas para ser capaz de aprender continuamente

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Es consciente de ser capaz de aprender continuamente.	Desarrolla técnicas para ser capaz de aprender continuamente.	Orientar la consecución de estrategias cognitivas para mejorar el dominio del saber sentirse capaz de aprender continuamente.	Desarrolla estrategias cognitivas para ser capaz de aprender continuamente.	Cuatro semana

CONCLUSIONES

- ✓ Los alumnos del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque tienen bajos niveles autoestima entre los que podemos señalar los siguientes indicadores
 - a) No se sienten seguros de sí mismos.
 - b) Tiene un bajo autoconcepto
 - c) Poco desarrollo de su sentido de pertenencia e integración
 - d) Poca seguridad para modificar un comportamiento determinado y
 - e) Ausencia de desarrollo de la capacidad de aprender permanentemente
- ✓ Se cumplió con elaborar y fundamentar un programa de habilidades sociales, sustentado en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, habilidades sociales y la autoestima para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque
- ✓ Es necesario proponer programa de habilidades sociales, sustentado en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, la didáctica, habilidades sociales y la autoestima para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque;

RECOMENDACIONES

- ✓ Es necesario implementar estrategias didácticas sustentadas en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, la didáctica, habilidades sociales y la autoestima para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque

- ✓ Proponemos la aplicación del programa de habilidades sociales, sustentado en las teorías científicas de la psicopedagogía cognitiva, la didáctica, habilidades sociales y la autoestima para superar la baja autoestima de los estudiantes del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del distrito de José Leonardo Ortiz, provincia Chiclayo, Región Lambayeque

BIBLIOGRAFIA

1. Acevedo, L.M. (2008). *La conducta asertiva y el manejo de emociones y sentimientos en la formación universitaria de docentes. Investigación Educativa* 12, 127 – 139.
2. Alonso, J. y Román, J. M. (2005). Estilos educativos familiares y autoestima de los hijos de 4 y 5 años. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 58 (1), 101-114.
3. Batista-Foguet, J. M., Coenders, G. y Alonso, J. (2004). Análisis factorial confirmatorio. Su utilidad en la validación de cuestionarios relacionados con la salud. *Medicina Clínica*, 122 (1), 21-27.
4. Bernet, J. T. y Cámara, A. N. (2011). Participación, democracia y formación para la ciudadanía. Los consejos de infancia. *Revista de educación*, 1, 23-43.
5. Blasco, J. E., López, A. y Mengual, S. (2010). Validación mediante el método Delphi de un cuestionario para conocer las experiencias e interés hacia las actividades acuáticas con especial atención al windsurf. *Ágora para la educación física y le deporte*, 12 (1), 75-96.
6. Boza, Á. y Méndez, J. M. (2013). Aprendizaje motivado en alumnos universitarios: validación y resultados generales de una escala. *Revista de Investigación Educativa*, 31 (2), 331-347.
7. Caballo, V. (1983). *Asertividad: definiciones y dimensiones. Estudios de psicología*, 13, 53 – 60.
8. Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo XXI*.
9. Cabero, J. y Barroso, J. (2013). La utilización del juicio de experto para la evaluación de TIC: el coeficiente de competencia experta. *Bordón*, 65 (2), 25-38.
10. Caso, J y Hernández, L. (2007). *Variables que inciden en el rendimiento académico de adolescentes mexicanos. Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 487-501.
11. Castejón, J.L. y Pérez A. M. (1998). *Un Modelo Causal-explicativo sobre la influencia de las variables psicosociales en el rendimiento académico. Bordón*, 50, 171-185.
12. Codoche, L. (2007). *Habilidades sociales y rendimiento en un entorno de aprendizaje cooperativo. Facultad de Ciencias Veterinarias. Universidad Nacional del Litoral. Argentina*, 31 – 36.
13. Colegio Oficial de Psicólogos (1987). *Código deontológico. Madrid: Colegio Oficial de Psicólogos*.

14. Cotterell, J. (1996). Social networks and social influences in adolescence. London: Routledge. 160 Rosario Mérida, Antonio Serrano y Carmen Tabernero RIE, 2015, 33(1), 149-162 .
15. Escurra, L.M., Delgado, A., Guevara G., Torres, M., Quezada, R., Morocho, J., Riva, G. y Santos J. (2005). *Relación entre el auto concepto de las competencias y el rendimiento en los alumnos universitarios de la ciudad de Lima*, 8, 87 – 106.
16. Estévez, E., Martínez, B., Moreno, D. y Musitu, G. (2006). Relaciones familiares, rechazo entre iguales y violencia escolar. C y E: Cultura y Educación, 18 (3), 335-344.
17. Fernández, S. e Iglesias, M. T. (1997). Una aplicación de Técnica Delphi a la valoración de consenso sobre estándares profesionales de integración laboral de personas con discapacidad. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 8 (13), 45-65.
18. Fernández-Ballesteros, R. (1995). Cuestiones conceptuales básicas en valuación de programas. En R. Fernández-Ballesteros (Ed.), Evaluación y programas. Una guía práctica en ámbitos sociales, educativos de salud (pp. 21-47). Madrid: Síntesis.
19. Gallardo, B. (2006, noviembre). Autoconcepto y rendimiento académico en estudiantes universitarios. XXV Seminario Interuniversitario de teoría de la Educación “Las emociones y la formación de la identidad humana”. Universidad de Salamanca. Salamanca: España.
20. García Gómez, A. G. (2001). Desarrollo y validación de un cuestionario multidimensional de autoconcepto. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica, 11 (1), 29-54.
21. García, C. (2005). *Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Liberabit*, 11, 63-74.
22. García, L. y Fernández, S. J. (2008). Procedimiento de aplicación del trabajo creativo en grupo de expertos. Ingeniería Energética, 29 (2), 46-50.
23. García, M. D. M., González, I. y Mérida, R. (2011). Validación del cuestionario de evaluación ACOES. Análisis del trabajo cooperativo en educación superior. Revista de Investigación Educativa, 30 (1), 87-109.

24. González-Pienda, J. A. y Núñez, J. C. (1993). Autoconcepto y dificultades de aprendizaje. En J. Beltrán, Líneas actuales en la intervención psicopedagógica, II: Variables personales y psicosociales, 823-839. Madrid: Universidad Complutense.
25. Hidalgo, N. y Abarca, C. (1990). *Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. Revista latinoamericana de Psicología*, 22, 265 – 282.
26. León, A., Rodríguez, C., Ferre, F. y Ceballos, G. (2009). *Asertividad y autoestima en estudiantes de primer semestre de la facultad de ciencias de la salud de una universidad pública de la ciudad de santa Marta (Colombia)*, 24, 91 – 105.
27. Novaez, M. (1986). *Psicología de la actividad escolar. México. Iberoamericana.*
28. Palacio, J., Martínez, Y. (2007). *Relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios. Revista Psicogente*, 10, 113 – 128.
29. Palacio, J., Martínez, Y., Ochoa, N. y Tirado, E. (2006). *Relación del rendimiento académico con las aptitudes mentales, salud mental, autoestima y relaciones de amistad en jóvenes universitarios de atlántico y bolívar. Revista Psicogente*, 9, 11-31
30. Pérez, A, Rodríguez, M, Borda, M. y Del Río, C. (2003). *Estrés y rendimiento a. Psiquiatría de Enlace*, 67, 26-33.
31. Ramírez, M. C. (2005). *Conceptualización y medición de las habilidades sociales en un contexto universitario mexicano. II Encuentro Nacional de Orientadores*, 502 – 511.
32. Reyes, Y.N. (2003). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el auto concepto y la asertividad en estudiantes de primer año de Psicología de UNMS. Tesis de pregrado en Psicología de UNMS. Facultad de Psicología, Lima-Perú* 219

DIRECCIONES ELECTRÓNICAS.

- ❖ <http://www.tarea.org.pe/aspecode/www.consortio.org>.
- ❖ <http://www.monografías.com/trabajos13/librense/librense.shtml>
- ❖ <http://www.unesco.org/delegate/colombia/experiencia4-hm>.
- ❖ <http://contexto-educativocom.ar/2002/3/nota-04.htm>.
- ❖ www.gestionhumana.com.
- ❖ www.gestionhumana.com.
- ❖ <http://www.sht.com.ar/archivo/temas/sigha.htm#Autor>. Consultado

- ❖ <http://www.monografias.com/trabajos11/desdo/desdo.shtml>
- ❖ [www.metodologiadelacomunicacion.com.](http://www.metodologiadelacomunicacion.com/)

ANEXOS

ANEXO N° 01

UNIVERSIDAD NACI EDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
SECCION DE POST GRADO
FICHA DE OBSERVACIÓN

	PREGUNTA	CRITERIOS	
--	-----------------	------------------	--

Nº		SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
01	Estoy seguro/a de mí mismo/a								
02	Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos								
03	Me avergüenza hablar delante de otros niños/as								
04	Puedo tomar decisiones fácilmente								
05	Me siento orgulloso/a de mi trabajo (en la escuela)								
06	Debo tener a alguien que me diga lo que debo hacer								
07	Me arrepiento de las cosas que hago								
08	Soy popular entre mis compañeros								
09	Mis padres consideran mis sentimientos								
10	trabajo lo mejor que puedo								
11	Me mantengo firme en mis decisiones								
12	Me gusta que el profesor/a me pregunte en clase								
13	Me cuesta comportarme como soy en realidad								
14	Me presta atención en casa								
15	Puedo tomar decisiones y cumplirlas								
16	Tengo una mala opinión de mí mismo/a								
17	Me gusta estar con otra gente								
18	Me avergüenzo de mí mismo/a								

FUENTE 35 niños del 3er Grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 11011 Señor de los Milagros del Distrito de José Leonardo Ortiz.