



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 EDUCACIÓN**

TESIS

Programa educativo de actividades lúdicas para fortalecer la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional "San José". Chiclayo 2017.

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

PRESENTADA POR:

AUTORA:

Campos Bardalez Doris

ASESORA:

Dra. Sánchez Ramírez Rosa Elena

Lambayeque, 2018

Programa educativo de actividades lúdicas para fortalecer la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José”. Chiclayo 2017.

Campos Bardalez Doris
AUTORA

Dra. Sánchez Ramírez Rosa Elena
ASESORA

Presentada a la Unidad de Posgrado de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la FACHSE de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo para optar el Grado de MAESTRA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION CON MENCIÓN EN PSICOPEDAGOGÍA COGNITIVA.

APROBADO POR:

MSc. Alfaro Barrantes Miguel
PRESIDENTE

MSc. Ríos Rodríguez Martha
SECRETARIO

MSc. Plaza Quevedo Maximiliano
VOCAL

DEDICATORIA

A mi esposo Aldo, que siempre ha estado brindándome su comprensión y cariño.

A mis queridas hijas por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así poder luchar para que la vida nos depare un futuro mejor.

La autora

AGRADECIMIENTO

A Dios quien hizo posible que se cumpliera esta meta.

A mi madre que me apoya siempre para ser perseverante y cumpla con mis ideales.

A todas las personas que me ayudaron con las inquietudes durante todo el desarrollo de esta Tesis.

Doris Campos

ÍNDICE

Pág.

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I: ANÁLISIS DE LA UNIDAD DE ESTUDIO

1.1. Ubicación de la unidad de estudio.....	13
1.2. Evolución histórico tendencial de la autoestima.....	18
1.3. Características.....	23
1.4. Metodología.....	24
1.4.1. Tipo de Investigación.....	27
1.4.2. Diseño de Investigación.....	27
1.4.3. Estrategia de registro de análisis.....	28
1.4.4. Técnicas.....	28
1.4.5. Población y muestra.....	29

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Bases teóricas.....	30
2.1.1. Teorías de la psicopedagogía.....	30
2.1.1.1. Aproximación entre las inteligencias múltiples y la autoestima....	30
2.1.1.2. Armstrong y las Inteligencias Múltiples en el aula.....	32
2.1.1.3. Teoría de la Inteligencia Emocional.....	33

2.1.2. Teorías de los juegos.....	37
2.1.2.1. Las teorías Psicoanalíticas.....	37
2.1.2.2. Teoría de la derivación por ficción.....	39
2.1.2.3. Teoría de la Estructura del Pensamiento de Piaget.....	40
2.1.2.4. Teoría Sociohistórica de Vygotsky y Elkonin.....	40
2.1.3. Teorías de la autoestima.....	41
2.1.3.1. La psicología humanista de Abraham Maslow.....	41
2.1.3.2. Teoría de los pilares de la Autoestima.....	42
2.1.3.3. Propuesta de Morris Rosemberg.....	42
2.1.3.4. Propuesta de Stanley Coopersmith.....	43
2.1.3.5. Propuesta de José Antonio Alcántara.....	43
2.1.3.6. Perspectiva Cognitivo Experiencial de Seymor Epstein.....	44
2.1.3.7. Teoría Humanista de Carl Rogers.....	44
2.2. Marco conceptual.....	45
2.2.1. La autoestima.....	45

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

3.1. Análisis e Interpretación de datos.....	64
3.2. Modelo teórico.....	74
3.1. Presentación del programa.....	75

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

RESUMEN

El presente trabajo de investigación presenta un programa educativo de actividades lúdicas para el fortalecer la autoestima en estudiantes del sexto grado de educación primaria, debido a que se observa un problema de investigación en I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo, en la región Lambayeque, caracterizado por la escasa participación de los educandos en las actividades de proyección social, en su inercia de autonomía ante situaciones problemáticas planteadas, dificultades de comunicación interpersonal, en la imagen negativa que tienen de sí mismos y en el temor a enfrentarse a eventos desconocidos; trayendo como consecuencia dificultad en el rendimiento académico, falta de iniciativa propia, temor a la evaluación y conductas hipoactivas. Planteándose como **objetivo general**: Elaborar un Programa Educativo de actividades lúdicas con la finalidad de fortalecer la autoestima en estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José”.

Tiene como **campo de acción** al proceso de diseño y aplicación de un programa educativo de actividades lúdicas para fortalecer la autoestima en estudiantes del sexto grado de Educación Primaria. Se defiende la **hipótesis** formulada así: Si se elabora un programa educativo de actividades lúdicas sustentado en las teorías psicopedagógicas, de la autoestima y de los juegos, entonces se fortalecerá la autoestima en estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo. Los datos estadísticos, muestran que existe un nivel bajo en la autoestima de los estudiantes de sexto grado de educación primaria de dicha Institución Educativa. Como resultado a esto, se obtuvo la elaboración del programa educativo de actividades lúdicas para fortalecer la autoestima en estudiantes de sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa. Se concluye afirmando que la elaboración del programa educativo permitirá contribuir al fortalecimiento de la autoestima.

Palabras clave: Programa educativo; actividades lúdicas; autoestima

ABSTRACT

The present research project presents an educational program of recreational activities to strengthen self-esteem in sixth grade students of primary education, due to the fact that a research problem is observed in I.E. No. 10021, National School "San José" of the district of Chiclayo, in the Lambayeque region, characterized by the low participation of students in social outreach activities, in their inertia of autonomy in the face of problematic situations, difficulties of interpersonal communication, in the negative image they have of themselves and in the fear of facing unknown events; resulting in difficulty in academic performance, lack of initiative, fear of evaluation and hypoactive behavior. Raising as a general objective: To develop an educational program of recreational activities with the purpose of strengthening the self-esteem in students of the sixth grade of Primary Education of the Educational Institution N ° 10021, National School "San José".

Its field of action is the design and application process of an educational program of recreational activities to strengthen self-esteem in sixth grade students of Primary Education. The hypothesis formulated as follows is defended: If an educational program of recreational activities based on psychopedagogical theories, self-esteem and games is developed, then self-esteem will be strengthened in students of the sixth grade of Primary Education of the I.E. No. 10021, National College "San José" of the district of Chiclayo. The statistical data show that there is a low level of self-esteem of the sixth grade students of primary education of said Educational Institution. As a result of this, the educational program of recreational activities was developed to strengthen self-esteem in sixth grade students of primary education of the Educational Institution. The conclusion is that the development of the educational program will contribute to the strengthening of self-esteem.

Keywords: Educational program; playful activities; self esteem

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación presenta un programa educativo de actividades lúdicas para fortalecer la autoestima en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José" del distrito de Chiclayo 2017.

Las consideraciones teóricas de Nathaniel Branden (1995) relacionadas con la influencia de la autoestima en la vida de las personas y principalmente de los niños y adolescentes en la etapa escolar expuestas en su obra "El Poder de la Autoestima" resultan trascendentes porque explican de manera clara y detallada la importancia de la autoestima en la vida escolar.

Branden concibe que muchos de los supuestos problemas que son impedimento para el desarrollo normal o natural de aprendizaje de niños y adolescentes se genera en el "yo interior" de ellos, construyendo una barrera que les impide actuar con libertad y autonomía, generándoles redes de miedo a la hora de enfrentar el aprendizaje como parte esencial para su desarrollo personal. En muchas ocasiones este miedo se vuelve habitual y pasa a formar parte de su vida diaria, cohibiéndolos incluso ante la resolución de las tareas más simples.

La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta. Las personas con una autoestima elevada suelen reportar menos emociones agresivas, negativas y menos depresión que las personas con una autoestima baja. De modo similar, las personas con una autoestima elevada pueden manejar mejor el estrés y, cuando son expuestas al mismo, experimentan menos efectos negativos en la salud.

La época importante para el desarrollo de la autoestima es la infancia intermedia. El niño, aquí, al empezar a desarrollarse físicamente; empezará a comparar su yo real con su yo ideal y se juzga a sí mismo por la manera en que alcanza los patrones sociales y las expectativas que se ha formado de sí mismo y de qué tan bien se desempeña. Las opiniones acerca de sí mismos tienen un gran impacto en el desarrollo de la personalidad, en especial en su estado de ánimo habitual.

Por ello, es importante el estudio de la autoestima, así como la presentación de patrones de conducta que lleven al individuo a establecer una autoestima elevada, que le permita un mejor desarrollo de sí mismo. Debido a que, la autoestima, es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida; creemos que somos listos o tontos, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos se juntan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que esperábamos

El programa educativo de actividades lúdicas aplicado en la presente investigación reunió los elementos necesarios para generar un clima de confianza y conocimiento entre los estudiantes; para conocer las cualidades, habilidades y destrezas que cada una de ellas posee, para potenciar la conciencia de sí mismos y de los demás; para potenciar la reflexión sobre los recursos que poseen y desarrollar la confianza en sí mismas. En conclusión; para que ellas construyan y consoliden su autoestima.

Ante lo observado, nos preguntamos: ¿El diseño y aplicación de un Programa Educativo de actividades lúdicas influye en el Fortalecimiento de la Autoestima en estudiantes del sexto Grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo?

El problema de la investigación queda formulado de la siguiente manera: Se observa en el proceso de formación de estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo 2017, un deficiente desarrollo de la autoestima; esto se manifiesta en la escasa participación de los estudiantes en las actividades de proyección social, en su inercia de autonomía ante situaciones problemáticas planteadas, dificultades de comunicación interpersonal, en la imagen negativa que tienen de sí mismos y en el temor a enfrentarse a eventos desconocidos; trayendo como consecuencia dificultad en el rendimiento académico, falta de iniciativa propia, temor a la evaluación y conductas hipoactivas.

El **objeto de estudio** desarrollo de la autoestima en estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José”; el **objetivo general** de estudio consistió en Diseñar y aplicar un Programa Educativo de actividades lúdicas con la finalidad de fortalecer la autoestima en estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José”. Los objetivos específicos son: a) Diagnosticar la autoestima de los estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José”, b) Diseñar y elaborar un programa educativo de actividades lúdicas basado en las teorías psicopedagógicas, de la autoestima y de los juegos; y c) Contribuir a la mejora de la autoestima de los estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de dicha Institución.

Tiene como **campo de acción** el proceso de diseño, elaboración y aplicación de un programa educativo de juegos para fortalecer el desarrollo de la autoestima de estudiantes de sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo. Se define la **hipótesis** formulada así: “Si se elabora un programa educativo de actividades lúdicas sustentado en las teorías psicopedagógicas, de la autoestima y de los juegos, entonces se fortalecerá la autoestima en estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo”.

Los datos estadísticos, muestran que existe un nivel bajo en la autoestima de los estudiantes de sexto grado de educación primaria de dicha Institución Educativa. Como resultado a esto, se obtuvo la elaboración del programa educativo de actividades lúdicas para fortalecer la autoestima en estudiantes de sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa. Se concluye afirmando que la aplicación del programa educativo fortalece la autoestima en estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José”

La importancia para fortalecer la autoestima en estudiantes de sexto grado de educación primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo 2017, está enfocado a solucionar un problema transversal en el

desarrollo y desenvolvimiento de estudiantes. Si no lo afrontamos en la etapa escolar, las secuelas que arrastren consigo en el transcurso de toda su vida, les van a generar sentimientos de inseguridad e inferioridad, temor y resistencia ante situaciones nuevas y por ende baja o nula predisposición para el aprendizaje.

El presente trabajo de investigación ha sido dividido en capítulos para su mejor presentación e interpretación.

El capítulo I contiene aspectos relacionados con la ubicación de la unidad del estudio, es decir, el espacio geográfico, económico, social, cultural y educativo donde se ha desarrollado la investigación. Contiene además la evolución histórica y tendencial del problema; las características de la investigación y la metodología utilizada.

En el capítulo II podemos encontrar los aspectos del marco teórico que fundamentan y confieren el soporte científico del estudio. Aquí se describen conceptos y teorías asociadas a las dos variables materia de la investigación.

El capítulo III presenta los resultados, el modelo teórico y la propuesta. Aquí se describen e interpretan, apoyados en la estadística, los ítems de los instrumentos aplicados, se presenta el modelo teórico producto del estudio y se describe la propuesta representada por el programa aplicado.

El capítulo IV contiene las conclusiones y recomendaciones de la investigación debidamente detalladas y delimitadas.

Finalmente están ubicados las referencias bibliográficas y los anexos correspondientes.

CAPÍTULO I

ANÁLISIS DE LA UNIDAD DE ESTUDIO

1.1. UBICACIÓN DE LA UNIDAD DEL ESTUDIO

Lambayeque es uno de los veinticuatro departamentos que forman la república de Perú. Su capital es Chiclayo. Esta región se encuentra ubicada al noroeste del país. Geográficamente limita por: el norte con Piura, al este con Cajamarca, al sur con La Libertad y al oeste con el océano Pacífico. Con 14 231 kilómetros cuadrados es el segundo departamento menos extenso, por delante de Tumbes; pero con 78,2 hab/km² llegando a ser el segundo más densamente poblado, por detrás de Lima.

MAPA DE LAMBAYEQUE



Fuente: https://es.wikipedia.org/wiki/Departamento_de_Lambayeque

Lambayeque se funda el 7 de enero de 1872, durante el gobierno del presidente José Balta proyectó la creación del departamento de Lambayeque por Decreto Supremo del 7 de enero de 1872. El 1 de diciembre de 1874, durante el gobierno de Manuel Pardo y Lavalle, 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 Trujillo. El 17 de febrero de 1951, por ley N° 11590, se creó la provincia de Ferreñafe, creación de la provincia de Lambayeque.

Los inciertos orígenes de la civilización de los lambayeques, 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 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.

El territorio de Lambayeque fue recortado por disposición del Gobierno Revolucionario de las FF.AA. presidida por el gobierno del General E.P. Juan Velasco Alvarado, en el distrito de Olmos cediéndola a Piura restándole a Lambayeque 1059 km². Ya en 1996 el distrito de Olmos cambió su configuración y la sub región II Lambayeque que a su vez integraba la Región Nor Oriental del Marañón en una línea transversal que dividía Lambayeque de Piura. En el gobierno del presidente Alejandro Toledo eliminó las regiones y como estaban configuradas y se volvió al esquema departamentos y se tomó como partida la demarcación hecha por el Gral. E.P. Juan Velasco Alvarado. Lambayeque es la tercera ciudad más poblada.

Se divide en tres provincias: Chiclayo, Lambayeque y Ferreñafe.

La provincia de Chiclayo está situada en el parte sur del departamento de Lambayeque. Limita por el norte con las provincias de Lambayeque y Ferreñafe; por el este con el departamento de Cajamarca; por el sur con el Departamento de La Libertad; y, por el 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 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.

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 Batan Grande, entre otros

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.

La provincia tiene una extensión de 3 288,07 km² y se divide en veinte distritos, como son: Chiclayo, Cayaltí, Chongoyape, Eten, Puerto Eten, José Leonardo

Ortiz, La Victoria, Lagunas, Monsefú, Nueva Arica, Oyotún, Pátapo, Pícsi, Pimentel, Pomalca, Pucalá, Reque, Santa Rosa, Tumán y Zaña

Es en el distrito de Chiclayo, donde se encuentra la Institución Educativa N°10021, Colegio Nacional “San José” ubicada en la avenida Elvira García y García 167, en el área Urbana del distrito ya mencionado.

La historia del Colegio nacional de San José es apasionante y refleja el coraje y pundonor de un pueblo que lucha por su superación. Sus antecedentes datan desde 1826, cuando el Gobierno de Don Andrés de Santa Cruz que presidía el Consejo de Gobierno, promulgó el D.S. 118 estableciendo un Colegio de Ciencias en Lambayeque, el mismo que no funcionó por la desorganización administrativa, la guerra con Colombia y las continuas revoluciones que ensangrentaron a nuestro país. A este caos se sumo las inundaciones por los desbordes del río Zaña.

Frente a este panorama sombrío y adversidad surge la villa de Chiclayo y una vez organizado el municipio inicia las gestiones para hacer realidad la existencia de un plantel de enseñanza secundaria, incluso proyecta arbitrarse de los fondos necesarios y se compromete a refaccionar el antiguo local de los padres Franciscanos.

El Congreso Peruano con fecha 22 de Diciembre de 1832, expidió una Resolución Suprema, creando en la villa de Chiclayo un Plantel de segunda enseñanza el 17 de Enero, el gobierno del Mariscal gamarra, dispuso que se cumpliera la disposición del Congreso sin embargo, el Colegio de Ciencias creado no pudo iniciar sus labores por las mismas causas sucedidas a Lambayeque.

A pesar de esta nueva adversidad los Chiclayanos no desmayaron en su iniciativa de contar con un plantel de enseñanza, con fecha 15 de Abril de 1835, la villa de Chiclayo fue elevada a la categoría de “Ciudad Heroica” y el 18 de Abril del mismo año se le otorga el rango de Capital de Provincia por D.S. expedido por el Jefe Supremo del Perú, Felipe Santiago Salaverry.

Durante el primer gobierno del mariscal Ramón Castilla, nuevamente las autoridades comunales, solicitan al Congreso de la República, que se cumpla con los Decretos Supremos que determinaban la implantación de un Colegio de Secundaria en Chiclayo.

Con fecha 21 de Diciembre de 1849 se expide una nueva Resolución Suprema asignando en el Presupuesto General de la Republica, la cantidad de mil seiscientos pesos para la dotación de dos cátedras en el colegio. Transcurrido 27 años desde la expedición de la Resolución de 1832 con fecha 11 de Mayo de 1859 se ordenó, la planificación de un Colegio de Ciencias en Chiclayo, indicándose el número de cátedras que deberían funcional y nombrándose al personal que debería dirigir el referido plantel.

Durante el primer gobierno del mariscal Ramón Castilla, nuevamente las autoridades comunales, solicitan al Congreso de la República, que se cumpla con los Decretos Supremos que determinaban la implantación de un Colegio de Secundaria en Chiclayo.

Con fecha 21 de Diciembre de 1849 se expide una nueva Resolución Suprema asignando en el Presupuesto General de la Republica, la cantidad de mil seiscientos pesos para la dotación de dos cátedras en el colegio. Transcurrido 27 años desde la expedición de la Resolución de 1832 con fecha 11 de Mayo de 1859 se ordenó, la planificación de un Colegio de Ciencias en Chiclayo, indicándose el número de cátedras que deberían funcional y nombrándose al personal que debería dirigir el referido plantel.

El lema que tiene el colegio San José es: “San José hoy, San José siempre, San José eternamente”. Actualmente se encuentra bajo responsabilidad del director Gonzalo Supo Capuñay. La I.E. N° 10021, brinda servicios educativos escolarizados públicos a varones en el nivel primaria, durante los turnos continuos de mañana y tarde. Es de característica Polidocente, actualmente alberga alrededor de 1600 estudiantes, repartidos en diferentes secciones y turnos.

1.2. EVOLUCIÓN HISTÓRICO Y TENDENCIAL DE LA AUTOESTIMA

La palabra autoestima es un cultismo formado del prefijo griego autos = por sí mismo y la palabra latina aestima del verbo aestimare (evaluar, valorar, tasar), entonces autoestima es la manera que nos valoramos a nosotros mismos. El término tiene mucha historia, más historia que la psicología en sí, su uso más reciente es en el siglo XIX, dentro de la frenología. En la psicología entró en la corriente estadounidense, también en el siglo XIX. Desde aquellos tiempos se han escrito miles y miles de artículos, capítulos y libros sobre el tema. Hoy en día es uno de los temas más frecuentes.

Dada la larga historia del término autoestima, hay tres definiciones tipo en el campo de la psicología.

La definición original de 1890 presentaba a la autoestima como un promedio entre los éxitos logrados y las pretensiones que uno tenía, o sea cuanto se logra y cuanto se falla.

Ya en los años 60, Morris Rosenberg la definió como un sentido estable de la valoración personal. Esta definición fue la más usada en investigación, pero tenía el problema de los límites de la misma, ya que la autoestima no era distinguible del narcisismo o simple fanfarroneo.

Pero para Nathaniel Branden (1969) la definió como “la experiencia de ser competente para arreglárselas con los desafíos básicos de la vida y ser digno de la felicidad”. Una forma de lidiar con el problema de que sólo se estime el valor.

Es necesario además conocer el proceso histórico de la autoestima en las personas. Los niños desde muy pequeños forman una imagen de sí mismos. Esta imagen es guiada o creada por los primeros seres que se encargan de la formación del bebé (los padres u otras personas que se encargan de su cuidado). La autoestima que se crea a muy temprana edad, suele ser permanente o muy difícil de cambiar. Por eso es importante que los padres ayuden a que sus hijos formen una imagen positiva de sí mismos.

Un sinónimo de autoestima es “Amor propio”. Si los padres les dicen a sus hijos cosas como: “Eres tonto”, “Eres un mal educado”, “Nunca llegarás a nada”, “No sabes escuchar”, el niño se lo cree y forma ese paradigma de sí mismo. Y no más de sí mismo, sino que también toma esa actitud con otros. Es decir, con la vara que lo midieron sus padres también medirá a los demás. Si los niños no se quieren a sí mismos tampoco tendrán la capacidad de amar a los demás

Para que los niños tengan una alta autoestima, no es suficiente de quererlos y decirles cosas bonitas. Hay que satisfacer los tres escalones de la pirámide de Maslow, es decir, las necesidades fisiológicas (calor, refugio, comida, sueño), necesidades de seguridad (sentido de seguridad, ausencia de miedo) y necesidades sociales (interactuar con otras personas, tener amigos).

Necesidades fisiológicas: es importante que los niños coman bien y que duerman bien. Los niños que llegan con hambre o con sueño a la escuela generalmente sacan malas notas o muestran desinterés por aprender. Las malas notas disminuyen su autoestima.

Necesidad de seguridad: Los niños necesitan saber que los padres los cuidarán y los protegerán. Cuando los padres pierden su trabajo, se divorcian o se separan, los niños pierden esa seguridad. La falta de seguridad les causa dolor y depresión. En los hogares desintegrados la seguridad sólo es brindada por la madre y en ocasiones por los abuelos u otros familiares.

Necesidades de socialización: Es importante que los niños sean aceptados en su escuela, pero también en otros círculos como la iglesia, clubes deportivos, círculos de amigos y otros. Un niño que percibe que es rechazado, no puede tener alta estima de sí mismo.

Estimación: Aquí es donde radica la importancia que el niño sienta que es querido y que los padres y maestros lo respetan y reconocen sus talentos, claro que para llegar a este punto deben satisfacer las necesidades citadas anteriormente.

Autorrealización: Este punto es muy difícil de alcanzar. El sujeto tiene que llegar aquí por sí solo.

La escuela representa una segunda oportunidad la oportunidad de conseguir un mejor sentido de sí mismos y una comprensión de la vida mejor que pudieron tener en su hogar, una de las características de las personas con autoestima sana es que tienden a valorar sus capacidades y logros en términos realistas, no negándolos, ni exagerándolos.

- A. Los objetivos de la educación: El objetivo primordial es formar a los jóvenes, como buenos ciudadanos, el fomento de la autonomía o la estimulación del pensamiento independiente, la aprehensión de un cuerpo de conocimientos y creencias comunes y sobre todo aprender el respeto a la autoridad. En el proceso de convertirse en personas, tendemos a crear conformistas, estereotipos de individuos, cuya educación se completa en vez de pensadores creativos y originales. Lo que hoy se necesita y exige, en la edad de trabajador de saber, no es una obediencia robótica sino personas que puedan pensar.
- B. La autoestima del maestro: A un maestro le es más fácil inspirar la autoestima en los estudiantes si el maestro ejemplifica y sirve de modelo de un sentido de la identidad sano y afirmativo. Los maestros con una baja autoestima tienden a ser más impacientes y autoritarios, tienden a centrarse en las debilidades del niño en vez de en sus dotes inspiran temor y una actitud defensiva. Los maestros con alta autoestima tienen más probabilidades de ayudar a los niños a desarrollar estrategias de resolución de problemas
- C. El entorno de la clase: Significa la manera en que el niño es tratado por el maestro y ve como tratan a los demás niños:
 - La dignidad de un niño: Una de las cosas dolorosas de ser niño es que uno no suele ser tomado en serio por los adultos, tanto si los despachan descortésmente o les elogian su agudeza la mayoría de

los niños no son objeto de un trato digno en calidad de seres humanos.

- La justicia en la clase: Los niños son extremadamente sensibles a las cuestiones relativas a la justicia, ven que su maestro tiene la misma actitud y cierto criterio cuando habla con un niño, o una niña y perciben al maestro como una persona íntegra y se refuerza su sentido de seguridad física y mental.
- Aprecio de uno mismo: Cuando el maestro ayuda a un niño a sentarse visible ofreciéndole la retroalimentación adecuada, fomenta su conciencia de sí mismo ayudando al niño a percibirse a sí mismo. Un maestro debe ser buscador de tesoros.
- Atención. Todo niño necesita atención y algunos más atención que otros, hay un tipo de estudiante que a menudo es ignorado, se trata del estudiante que hace su trabajo extremadamente bien, pero que es tímido solidario y permanece en silencio en la clase
- Disciplina: En toda clase a y reglas que deben respetarse para que el aprendizaje avance a tareas a realizar, las reglas pueden ser impuestas por medio del poder del maestro de forma que impliquen a la mente y la forma de entendimiento del estudiante, la esencia de la disciplina es encontrar alternativas eficaces al castigo., la comprensión y el respeto no supone una falta de firmeza.

D. Comprender las emociones: Muchos padres enseñan implícitamente a sus hijos a reprimir sus sentimientos y emociones a aquellos que los padres consideran trastornantes, los padres emocionalmente distantes e inhibidos tienden a tener hijos emocionalmente distantes e inhibidos.

E. La relación con los demás: En la enseñanza secundaria tendrá que impartirse también otra materia: el arte de la competencia interpersonal, si la autoestima es la confianza en la capacidad de afrontar los retos básicos de la vida, uno de estos retos es relacionarnos eficazmente con los demás, esto significa relacionarnos de tal modo que experimentamos la mayoría de veces nuestras interacciones como algo positivo y eficaz tanto

para nosotros como para los demás, es mucho lo que sabemos sobre aptitudes que permiten la competencia entre las interacciones humanas, y este conocimiento tiene que formar parte de la educación del púber.

- F. Competencias y aptitudes: Los estudiantes necesitan de los maestros para aumentar su autoestima en respeto, benevolencia, motivación positiva y una formación en el conocimiento esencial y el arte de vivir, los éxitos que hacen posible este enfoque permiten al estudiante avanzar hasta el siguiente grado.
- G. La curva de notas: Una de las practicas más desafortunadas de la escuela es la de puntuar a los estudiantes una curva de notas, esto sitúa a cada estudiante a confrontación con todos los demás, en vez de desear estar entre los estudiantes brillantes, se le da una razón de estar entre los grises, pues la competencia de los demás es una amenaza.
- H. Individualidad cognitiva: Antes se suponía que todos aprendíamos del mismo modo, hoy sabemos que las personas aprenden de diferentes maneras y que conviene que las enseñanza se adapten a las necesidades específicas de aprendizaje de cada estudiante.

En los últimos años, los hogares han contribuido poco o nada en la formación de la autoestima de los niños y adolescentes y la escuela ha actuado de espaldas a esa realidad. Todo ese cúmulo de situaciones presenta una situación antagónica evidenciada en eventos sociales que repercuten en la escuela, y lo más peligroso aún, que en muchas ocasiones se gestan allí.

Es casi común encontrar en las escuelas de hoy problemas de conducta, de comportamiento social, de integración y discriminación. A veces estos problemas traslucen y se pueden identificar con facilidad, pero en ocasiones permanecen ocultos en el anonimato y no se dan a relucir hasta que los problemas se han intensificado. Los estudiantes de la escuela pública arrastran consigo emociones encontradas que les permiten aprender de manera efectiva. Requieren que la escuela les brinde un calor de hogar que les permita devolver

o intensificar sentimientos de autoconfianza y seguridad para actuar de forma autónoma.

Los estudiantes de sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo, presentan un deficiente desarrollo de la autoestima; esto se manifiesta en su escasa participación en las actividades académicas y de proyección social, en su inercia de autonomía ante situaciones problemáticas planteadas, en las dificultades de comunicación interpersonal, en la imagen negativa e inferiorizada que tienen de sí mismos y en el temor a enfrentarse a eventos desconocidos. La situación descrita trae como consecuencia dificultad en el rendimiento académico, falta de iniciativa propia, temor a la evaluación y conductas hipoactivas. Otra de las manifestaciones de la deficiente autoestima es la agresividad y el carácter impulsivo con que reaccionan en forma periódica.

Ante esta situación, el diseño, elaboración y aplicación de un programa educativo de juegos para fortalecer el desarrollo de la autoestima de los estudiantes de sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo – 2017, no sólo ha generado expectativas en los educandos sino principalmente que ha contribuido a cambiar la situación descrita. Actualmente se pueden observar alumnos altamente motivados para aprender, con mejores niveles de participación. Muestran sentimientos de seguridad y confianza en sí mismos, asumen tareas de forma autónoma, son más alegres y disfrutan de las labores escolares.

1.3. CARACTERÍSTICAS

1.3.1. Escasa participación de los educandos en las actividades de proyección social, en su institución educativa.

Los educandos presentan actitudes cohibidas y de inseguridad a la hora de participar en actividades de proyección social propuestas por la entidad, dentro del marco de los planes anuales.

La institución cuenta con un comité de Tutoría que ha intentado paliar las dificultades encontradas, sin embargo, los resultados han sido efímeros o momentáneos.

A pesar de la gran cobertura de estudiantes y las actividades extracurriculares que se ejecutan cada año, existe resistencia por parte de los alumnos del sexto grado, a tomar partido en estas actividades. Otrora la escuela se enorgullecía de los logros alcanzados por niños y jóvenes líderes que marcaban la diferencia en ferias de ciencias, exposiciones, encuentros de niños líderes y otros eventos afines.

Ante esta situación, el personal directivo y docente sólo atina a recordar los éxitos y triunfos pasados pero no propone soluciones en las que se involucre no sólo sus ideas, sino su participación activa.

El 80% de los docentes que laboran en la institución tienen sus residencias en otras localidades, siendo un motivo para que abandonen la institución apenas concluyen su jornada laboral, ausentándose en jornadas que se desarrollan fuera del horario regular.

El perfil de los estudiantes se puede definir así: no se expresa con libertad y en diferentes lenguajes y contextos lo que piensa y siente, no comprende mensajes e ideas diversas, no es dialogante y capaz de escuchar a otros. Y presenta dificultades para interpretar diversos lenguajes simbólicos.

1.3.2. Inercia de autonomía ante situaciones problemáticas planteadas.

Aquí la inercia es entendida como un estado de mutismo e inmovilidad ante eventos problemáticos que se le presentan a los educandos, quienes lejos de asumir el reto, permanecen impávidos.

El nuevo enfoque pedagógico y las propuestas de las características de los estudiantes de la Educación Básica Regular proponen en el alumno lo siguiente:

- ❖ **Crítico y reflexivo.** Hace uso permanente del pensamiento divergente; entendido como la capacidad de discrepar, cuestionar, emitir juicios críticos, afirmar y argumentar sus opiniones y analizar reflexivamente situaciones distintas.
- ❖ **Creativo e innovador.** Busca soluciones, alternativas y estrategias originales a los retos de su vida, orientándolas hacia el bien común e individual, en un marco de libertad. Es potencialmente innovador frente a la producción de conocimientos en distintos contextos.
- ❖ **Proactivo.** Enfrenta, con energía y seguridad, decisiones sobre situaciones diversas; conjugando variables y factores para llegar a soluciones adecuadas; adelantándose a los hechos; siendo diligente, independiente y con iniciativa.
- ❖ **Autónomo.** Es asertivo y actúa de acuerdo con su propio criterio, asumiendo con responsabilidad las consecuencias de sus actos y el cuidado de sí mismo.
- ❖ **Flexible.** Es capaz de asumir diferentes situaciones de manera libre, posee versatilidad y capacidad de adaptación al cambio permanente.
- ❖ **Resolutivo.** Se asegura de entender los problemas, hace preguntas y se repregunta para resolverlos. Controla y ajusta constantemente lo que está haciendo. Aplica y adapta diversas estrategias y evalúa sus progresos para ver si van por buen camino. Si no progresa, se detiene para buscar y considerar otras alternativas.
- ❖ **Investigador e informado.** Busca y maneja información actualizada, significativa y diversa de manera organizada; siendo capaz de analizarla, compararla y de construir nuevos conocimientos a partir de ella. Hace conjeturas y se interesa por resolver diversos problemas de la vida diaria y de la ciencia, haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación.
- ❖ **Emprendedor.** Asume iniciativas individuales o colectivas para solucionar problemas que tengan incidencia en su proyecto de vida.

1.3.3. Inercia de autonomía ante situaciones de comunicación interpersonal.

La comunicación interpersonal observada en los educandos materia de la investigación es casi nula; se ve reflejada en la conformación de equipos de trabajo en los que ninguno quiere asumir las funciones de liderazgo, hay una apatía hacia el trabajo cooperativo y bajos niveles de comunicación. Ante ello se requiere que los educandos desarrollen las características siguientes:

- ❖ **Comunicativo.** Expresa con libertad y en diferentes lenguajes y contextos lo que piensa y siente, comprende mensajes e ideas diversas, es dialogante y capaz de escuchar a otros. Interpreta diversos lenguajes simbólicos.
- ❖ **Empático y tolerante.** Se pone en el lugar del otro para entender las motivaciones, intereses y puntos de vista distintos. Asume como riqueza la diversidad humana, respetándose a sí mismo y respetando al otro, entendiendo y comprendiendo a aquellos que son diferentes racial, sexual, cultural y religiosamente.
- ❖ **Cooperativo.** Cuenta con otros para enfrentar de manera efectiva y compartida una tarea, o para resolver diversas situaciones.

1.3.4. Dificultades de la imagen negativa e inferiorizada que tienen.

Esto es quizá el problema más grave. Educandos con escasas expectativas sobre sí mismos, se sienten, piensan y actúan en forma disminuida. Su pensamiento está cerrado a la posibilidad del éxito, evidenciado en patrones de respuesta comunes: “No puedo”, “No sé”.

1.3.5. Temor a enfrentarse a eventos desconocidos.

Cada situación o evento desconocido presentado a estos alumnos se torna en una amenaza de la que hay que rehuir o atacar para no verse involucrado con ella. Las experiencias nuevas, el compartir con niños de otras aulas u otras escuelas es poco productivo porque rechazan estas situaciones aún sin haberlas vivenciado.

1.4. METODOLOGIA

1.4.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN:

El tipo de investigación que se utilizó es:

Estudio Explicativo. Se eligió este tipo de estudio porque va más allá de la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos, están dirigidos a responder a las causas de los eventos físicos o sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se da éste, o por qué dos o más variables están relacionadas.

Las investigaciones explicativas son más estructuradas que las demás clases de estudios y de hecho implican los propósitos de ellas (exploración, descripción y correlación), además de que proporcionan un sentido de entendimiento del fenómeno al que hacen referencia.

1.4.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:

El diseño de investigación elegido es:

Diseño Factorial. Se consideró este tipo de diseño debido a la naturaleza de la investigación y al tipo de investigación utilizado.

Los diseños factoriales manipulan dos o más variables independientes e incluyen dos o más niveles de presencia en cada una de las variables independientes. Han sido sumamente utilizados en la investigación del

comportamiento. La construcción básica de un diseño factorial consiste en que todos los niveles de cada variable independiente son tomados en combinación con todos los niveles de las otras variables independientes.

Los diseños factoriales son sumamente útiles porque permiten al investigador evaluar los efectos de cada variable independiente sobre la dependiente por separado y los efectos de las variables independientes conjuntamente. A través de estos diseños se pueden observar los efectos de interacción entre las variables independientes. Hay dos tipos de efectos que se pueden evaluar en los diseños factoriales: los efectos de cada variable independiente y los efectos de interacción entre dos o más variables independientes.

1.4.3. ESTRATEGIA DE REGISTRO DE ANÁLISIS

Se utilizaron instrumentos diversos, que permitieron recoger información pertinente en relación a las variables en estudio. Se aplicó la técnica de Cornell. Esta técnica consiste en el análisis de los ítems o afirmaciones para desarrollar el escalograma de Guttman.

En ella se procedió a:

- ❖ Ordenar a los sujetos de acuerdo con su puntaje total (del puntaje mayor al menor) de manera vertical descendente.
- ❖ Ordenar las afirmaciones (ítems) de acuerdo con su intensidad (de mayor a menor y de izquierda a derecha).
- ❖ Construir un cuadro donde se crucen los puntajes de los sujetos ordenados con los ítems y sus categorías jerarquizadas

1.4.4. TÉCNICAS

Para las entrevistas, test sociométricos, encuestas y aplicación de los módulos del programa educativo a la población docente y estudiantil, se contó con el apoyo y monitoreo de la sub dirección pedagógica de la Institución Educativa en la que se realizó el proyecto.

Procesamiento de Datos y Análisis Estadístico

Para verificar la efectividad de los Talleres que se realizaron con los niños y las entrevistas que se aplicaron al personal que trabaja en la Institución se utilizó la Estadística Descriptiva para resumir la información, clasificándola, tabulándola y realizando un análisis asociativo por medio de los porcentajes obtenidos.

También se realizó un procedimiento que es la “Observación estructurada” para poder evaluar objetivamente el producto o resultado de los talleres.

Observación Estructurada:

Este procedimiento fue realizado por la Investigadora con el objetivo de evaluar el resultado de cada taller llevado a cabo con los niños y consistió en examinar cada taller respondiendo una serie de preguntas escritas, para llevar un registro de los resultados obtenidos en la aplicación de cada actividad lúdica.

Se eligió este tipo de observación porque se lleva a cabo cuando se pretende probar una hipótesis, o cuando se quiere hacer una descripción sistemática de algún fenómeno. En este tipo de observación nos basamos en tablas de frecuencias. La observación estructurada presenta menos problemas prácticos en cuanto a la forma de registro y utilizamos formas estandarizadas. Existen menos probabilidades de que los observadores sean subjetivos.

1.4.5. POBLACIÓN Y MUESTRA:

Población: Estuvo representada por 120 estudiantes sexto grado del turno de la mañana de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo.

Muestra: Se utilizó el muestreo aleatorio simple para determinar el tamaño de la muestra entre estudiantes del sexto grado. La muestra estuvo representada por 50 estudiantes del sexto grado de educación primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo, 2017.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. BASES TEÓRICAS

2.1.1. TEORÍAS DE LA PSICOPEDAGOGÍA

2.1.1.1. Aproximación entre las inteligencias múltiples y la autoestima.

Gardner (1983), establece vínculos entre la autoestima y dos de las inteligencias múltiples que plantea:

Inteligencia interpersonal. Capacidad de percibir y distinguir los estados anímicos, las intenciones, las motivaciones y los sentimientos de otras personas. Puede incluir la sensibilidad hacia las expresiones faciales, voces y gestos; la capacidad de distinguir entre numerosos tipos de señales interpersonales, y la de responder con eficacia y de modo pragmático a esas señales (por ejemplo influyendo en un grupo de personas para que realicen una determinada acción).

La inteligencia interpersonal se constituye a partir de la capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás, en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamento, motivaciones e intenciones. Esta inteligencia le permite a un adulto hábil, leer las intenciones y los deseos de los demás, aunque se los hayan ocultado. Esta capacidad se da de forma muy sofisticada en los líderes religiosos, políticos, terapeutas y maestros. Esta forma de inteligencia no depende necesariamente del lenguaje.

Aspectos biológicos - Todos los indicios proporcionados por la investigación cerebral sugieren que los lóbulos frontales desempeñan un papel importante en el conocimiento interpersonal. Los daños en esta área pueden causar cambios profundos en la personalidad, aunque otras formas de la resolución de problemas puedan quedar inalteradas: una persona no es la misma después de la lesión.

La evidencia biológica de la inteligencia interpersonal abarca factores adicionales que, a menudo, se consideran excluyentes de la especie humana:

1. La prolongada infancia de los primates, que establece un vínculo estrecho con la madre, favorece el desarrollo intrapersonal.
2. La importancia de la interacción social entre los humanos que demandan participación y cooperación. La necesidad de cohesión al grupo, de liderazgo, de organización y solidaridad, surge como consecuencia de la necesidad de supervivencia.

Capacidades implicadas - Trabajar con gente, ayudar a las personas a identificar y superar problemas.

Habilidades relacionadas - Capacidad para reconocer y responder a los sentimientos y personalidades de los otros.

Perfiles profesionales - Administradores, docentes, psicólogos, terapeutas.

Inteligencia intrapersonal. Autoconocimiento y capacidad para actuar según ese conocimiento. Esta inteligencia incluye una imagen precisa de uno mismo (los puntos fuertes y las limitaciones), la conciencia de los estados de ánimo, intenciones, motivaciones, temperamentos y deseos interiores, y la capacidad de autodisciplina, autocomprensión y autoestima.

La inteligencia intrapersonal es el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimiento, la capacidad de efectuar discriminaciones entre ciertas emociones y, finalmente, ponerles un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta.

Las personas que poseen una inteligencia intrapersonal notable poseen modelos viables y eficaces de sí mismos. Pero al ser esta forma de inteligencia la más privada de todas, requiere otras formas expresivas para que pueda ser observada en funcionamiento.

La inteligencia interpersonal permite comprender y trabajar con los demás; la intrapersonal, permite comprenderse mejor y trabajar con uno mismo. En el sentido individual de uno mismo, es posible hallar una mezcla de componentes intrapersonal e interpersonales.

El sentido de uno mismo es una de las más notables invenciones humanas: simboliza toda la información posible respecto a una persona y qué es. Se trata de una invención que todos los individuos construyen para sí mismos.

Aspectos biológicos - Los lóbulos frontales desempeñan un papel central en el cambio de la personalidad, los daños en el área inferior de los lóbulos frontales puede producir irritabilidad o euforia; en cambio, los daños en la parte superior tienden a producir indiferencia, languidez y apatía (personalidad depresiva).

Entre los afásicos que se han recuperado lo suficiente como para describir sus experiencias se han encontrado testimonios consistentes: aunque pueda haber existido una disminución del estado general de alerta y una considerable depresión debido a su estado, el individuo no se siente a sí mismo una persona distinta, reconoce sus propias necesidades, carencias, deseos e intenta atenderlos lo mejor posible.

- **Capacidades implicadas** - Capacidad para plantearse metas, evaluar habilidades y desventajas personales y controlar el pensamiento propio.
- **Habilidades relacionadas** - Meditar, exhibir disciplina personal, conservar la compostura y dar lo mejor de sí mismo.
- **Perfiles profesionales** - Individuos maduros que tienen un autoconocimiento rico y profundo.

2.1.1.2. Armstrong y las Inteligencias Múltiples en el aula

Armstrong (2000), describe que la inteligencia interpersonal se manifiesta en cuando los niños transmiten ideas a otras personas. Les agrada liderar, organizar, relacionarse, manipular, mediar y asistir a fiestas y tienen la necesidad de hacer amigos, de participar en juegos de grupo, reuniones

sociales, actos colectivos, ser miembros de clubes y asumir roles como mentores o discípulos. Para el autor algunos alumnos necesitan que sus ideas sean aceptadas por los demás para funcionar bien en clase. Estos alumnos sociales se han beneficiado en gran medida de la aparición del aprendizaje cooperativo. Sin embargo, dado que todos los niños poseen inteligencia interpersonal en mayor o menor grado, los educadores deben conocer los enfoques docentes que incorporan la interacción entre personas.

El mismo Armstrong (2000), describe que las personas con inteligencia intrapersonal piensan en relación con sus propias necesidades, sentimientos y objetivos, por ello se interesan por establecer objetivos, mediar, soñar, planificar y reflexionar. Los niños manifiestan necesidades de contar con lugares secretos, momentos de soledad y autoaislamiento, desarrollar proyectos propios y tomar decisiones autónomas. El autor considera que la mayoría de los alumnos pasan alrededor de 6 horas al día, cinco días a la semana, en un aula con 25 o 30 personas. Para los individuos con una inteligencia intrapersonal muy desarrollada, este ambiente intensamente social puede resultar un tanto claustrofóbico. Los profesores deben crear diferentes ocasiones a lo largo de la jornada para que los estudiantes experimenten por sí solos como seres autónomos con historias vitales y únicas y un profundo sentido de la individualidad.

2.1.1.3. Teoría de la Inteligencia Emocional

Para Goleman (1995), La inteligencia emocional es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos. Goleman estima que la inteligencia emocional se puede organizar en torno a cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación, y gestionar las relaciones.

Para comprender el gran poder de las emociones sobre la mente pensante — y la causa del frecuente conflicto existente entre los sentimientos y la razón— debemos considerar la forma en que ha evolucionado el cerebro.

La región más primitiva del cerebro es el tronco encefálico, que regula las funciones vitales básicas, como la respiración o el metabolismo, y lo compartimos con todas aquellas especies que disponen de sistema nervioso, aunque sea muy rudimentario. De este cerebro primitivo emergieron los centros emocionales que, millones de años más tarde, dieron lugar al cerebro pensante: el neocórtex. El hecho de que el cerebro emocional sea muy anterior al racional y que éste sea una derivación de aquél, revela con claridad las auténticas relaciones existentes entre el pensamiento y el sentimiento. El neocórtex permite un aumento de la sutileza y la complejidad de la vida emocional, aunque no gobierna la totalidad de la vida emocional porque, en estos asuntos, delega su cometido en el sistema límbico. Esto es lo que confiere a los centros de la emoción un poder extraordinario para influir en el funcionamiento global del cerebro, incluyendo a los centros del pensamiento.

Las características de la llamada inteligencia emocional son: la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

No existe un test capaz de determinar el «grado de inteligencia emocional», a diferencia de lo que ocurre con los test que miden el cociente intelectual (CI). Jack Block, psicólogo de la universidad de Berkeley, ha utilizado una medida similar a la inteligencia emocional que él denomina «capacidad adaptativa del ego», estableciendo dos o más tipos teóricamente puros, aunque los rasgos más sobresalientes difieren ligeramente entre mujeres y hombres:

“Los hombres que poseen una elevada inteligencia emocional suelen ser socialmente equilibrados, extrovertidos, alegres, poco predispuestos a la timidez y a rumiar sus preocupaciones. Demuestran estar dotados de una notable capacidad para comprometerse con las causas y las personas, suelen adoptar responsabilidades, mantienen una visión ética de la vida y son

afables y cariñosos en sus relaciones. Su vida emocional es rica y apropiada; se sienten, en suma, a gusto consigo mismos, con sus semejantes y con el universo social en el que viven". "Las mujeres emocionalmente inteligentes tienden a ser enérgicas y a expresar sus sentimientos sin ambages, tienen una visión positiva de sí mismas y para ellas la vida siempre tiene un sentido. Al igual que ocurre con los hombres, suelen ser abiertas y sociables, expresan sus sentimientos adecuadamente (en lugar de entregarse a arranques emocionales de los que posteriormente tengan que lamentarse) y soportan bien la tensión.

Su equilibrio social les permite hacer rápidamente nuevas amistades; se sienten lo bastante a gusto consigo mismas como para mostrarse alegres, espontáneas y abiertas a las experiencias sensoriales y la diferencia de lo que ocurre con el tipo puro de mujer con un elevado CI, raramente se sienten ansiosas, culpables o se ahogan en sus preocupaciones". "Los hombres con un elevado CI se caracterizan por una amplia gama de intereses y habilidades intelectuales y suelen ser ambiciosos, productivos, predecibles, tenaces y poco dados a reparar en sus propias necesidades. Tienden a ser críticos, condescendientes, aprensivos, inhibidos, a sentirse incómodos con la sexualidad y las experiencias sensoriales en general y son poco expresivos, distantes y emocionalmente fríos y tranquilos". "La mujer con un elevado CI manifiesta una previsible confianza intelectual, es capaz de expresar claramente sus pensamientos, valora las cuestiones teóricas y presenta un amplio abanico de intereses estéticos e intelectuales. También tiende a ser introspectiva, predispuesta a la ansiedad, a la preocupación y la culpabilidad, y se muestra poco dispuesta a expresar públicamente su enfado (aunque pueda expresarlo de un modo indirecto)".

Estos retratos, obviamente, resultan caricaturescos pues toda persona es el resultado de la combinación entre el CI y la inteligencia emocional, en distintas proporciones, pero ofrecen una visión muy instructiva del tipo de aptitudes específicas que ambas dimensiones pueden aportar al conjunto de cualidades que constituye una persona.

Daniel Goleman (2001) también recoge el pensamiento de numerosos científicos del comportamiento humano que cuestionan el valor de la inteligencia racional como predictor de éxito en las tareas concretas de la vida, en los diversos ámbitos de la familia, los negocios, la toma de decisiones, el desempeño profesional, etc. Citando numerosos estudios Goleman concluye que el Coeficiente Intelectual no es un buen predictor del desempeño exitoso. La inteligencia pura no garantiza un buen manejo de las vicisitudes que se presentan y que es necesario enfrentar para tener éxito en la vida.

El concepto de "Inteligencia Emocional" enfatiza el papel preponderante que ejercen las emociones dentro del funcionamiento psicológico de una persona cuando ésta se ve enfrentada a momentos difíciles y tareas importantes: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, el enfrentar riesgos, los conflictos con un compañero en el trabajo. En todas estas situaciones hay una involucración emocional que puede resultar en una acción que culmine de modo exitoso o bien interferir negativamente en el desempeño final. Cada emoción ofrece una disposición definida a la acción, de manera que el repertorio emocional de la persona y su forma de operar influirá decisivamente en el éxito o fracaso que obtenga en las tareas que emprenda.

Este conjunto de habilidades de carácter socio-emocional es lo que Goleman definió como Inteligencia Emocional. Esta puede dividirse en dos áreas:

- ❖ Inteligencia Intra-personal: Capacidad de formar un modelo realista y preciso de uno mismo, teniendo acceso a los propios sentimientos, y usarlos como guías en la conducta.
- ❖ Inteligencia Inter-personal: Capacidad de comprender a los demás; qué los motiva, cómo operan, cómo relacionarse adecuadamente. Capacidad de reconocer y reaccionar ante el humor, el temperamento y las emociones de los otros.

2.1.2. TEORÍAS DE LOS JUEGOS

2.1.2.1. Las Teorías Psicoanalíticas

Las teorías psicoanalíticas suponen, en líneas muy generales, teorías de las emociones profundas por lo que sus hipótesis y explicaciones resultan muy complejas. Podríamos decir que a lo largo de la infancia ciertos deseos son reprimidos durante el proceso socializador y los psicoanalistas consideran el juego como una de las maneras de dar salida a los citados deseos reprimidos.

Freud (1905), en Mas allá del principio del placer, vincula el comportamiento lúdico con la expresión de los instintos fundamentales que rigen el funcionamiento mental: el principio del placer –que representa la exigencia de las pulsiones de vida- o tendencia compulsiva hacia el gozo; y el principio de muerte –pulsión de muerte- que se contrapone a las pulsiones de vida y que tienden a la reducción completa de las tensiones. Las pulsiones de muerte se caracterizan porque, por un aparte, se dirigen hacia el interior y tienden a la autodestrucción y por otra, se manifiestan hacia el exterior de forma agresiva.

El padre del psicoanálisis al observar a un niño de año y medio en una situación de juego se dio cuenta de que el menor manifestaba experiencias repetitivas que habían sido desagradables o traumáticas para él.

En el juego, el niño logra dominar los acontecimientos por los que pasa de ser un espectador pasivo a un actor que intenta controlar la realidad. Cuando un profesor pregunta en clase a un alumno y este no sabe contestar, produciéndole esto una sensación de ansiedad, es muy probable que dicho niño convierta el contenido de la situación en un juego. La explicación es bien sencilla: el niño disfruta viendo sufrir un amigo por la misma experiencia que él vivió en la realidad. De esta manera consigue dominar “la violenta impresión experimentada más completamente de lo que le fue posible al recibirla”.

Estas características del juego suponen un excelente instrumento a la hora de diagnosticar y de llevar a cabo una terapia de los conflictos infantiles. Al igual

que sucede en el sueño (función de la vida psíquica normal), el juego manifiesta fundamentalmente dos procesos: uno, la realización de deseos inconscientes reprimidos cuyo origen está en la propia sexualidad infantil; y dos, la angustia que produce las experiencias de la vida misma. Por tanto, mediante el juego el niño logra revivir experiencias angustiosas que hacen que se adapte mejor a la realidad porque consigue dominar aquellos acontecimientos que en su día le dominaron a él.

En definitiva, podríamos considerar al juego como catarsis, ya que trata de resolver o dominar las situaciones dificultosas con las que el niño se va encontrando en el día a día. Esta manera de enfocar el juego despierta un gran interés entre los psiquiatras y los psicólogos clínicos.

En los escritos y estudios psicoanalíticos se ha vinculado tradicionalmente el tema del juego con la masturbación y con distintas experiencias sensoriales. Pero Winnicott (1992), defiende que el juego se debe abordar como un tema por sí mismo, complementario del concepto de sublimación del instinto.

El juego no es una cuestión de realidad psíquica interna ni de realidad exterior. Entonces ¿dónde está el juego? Existe un rasgo especial que se distingue de las otras dos realidades y al que Winnicott llama experiencia cultural o juego. Esta “tercera área o zona mental” permite al niño entender las situaciones “como si” (mamá hace como si se fuera, pero no se va) y supone una zona que se encuentra fuera del niño, pero que no es el mundo real y exterior en el que vive. En este lugar se originan los fenómenos transicionales que más tarde darán lugar al juego, de éste al juego compartido y de él a las experiencias culturales. En este contexto surge el concepto de objeto transaccional, que describe una tercera área de experiencia intermedia entre la pura subjetividad y la experiencia de relación con el otro. Por tanto, es algo interno y externo a la vez y puesto que supone un proceso fundamental de encuentro con la realidad en la infancia, jugará un papel importante en la vida adulta.

Por tanto, para Winnicott (1971) la experiencia cultural supone un espacio potencial que existe entre el niño y el ambiente; lo mismo se puede decir en relación al juego que siempre está en el límite entre lo subjetivo y lo objetivo. Este espacio potencial es un factor muy variable que varía de individuo en individuo y que depende fundamentalmente de la confianza que establezca el niño con la madre. Sin embargo, las otras dos realidades (la psíquica o la personal y el mundo real) son más o menos constantes, ya que la primera está relativamente determinada por lo biológico y la segunda es de propiedad común. El reconocimiento de la existencia de esta zona es de gran utilidad para el analista ya que es el único lugar donde se puede originar el juego; la terapia debe ofrecer oportunidades para los impulsos creadores, motores y sensoriales que constituyen la malaria del juego.

De entre todas las teorías psicoanalíticas de interpretación del juego infantil, la teoría de Winnicott es la más interesante porque aporta un modelo que intenta dar respuesta a los fenómenos interactivos que se producen en el juego teniendo en cuenta tanto los aspectos emocionales como cognitivos del desarrollo del juego infantil.

2.1.2.2. Teoría de la derivación por ficción

Se debe al psicólogo y pedagogo suizo Edouard Claparède (1934), quien en su obra *Psicología del niño* propone su teoría que se fundamenta en tres aspectos:

- El juego es un sustituto en la infancia de las actividades más serias que se realizan en la etapa adulta, y a las que el niño no puede tener acceso, porque aún no está capacitado para ello. (Infancia Juego Adulto Trabajo)
- El juego es una actividad que evoluciona adaptándose a los cambios de conducta que se operan durante la infancia, siendo por tanto una actividad de carácter interesante (Juego Adaptación Etapas evolutivas y psicofísicas)

- El juego tiene como función primordial permitir al individuo realizar su “yo”, desplegar su personalidad. El juego se convierte en un instrumento para el modelado de la personalidad. (Juego Desarrollo de la personalidad).

2.1.2.3. Teoría de la Estructura del Pensamiento de Piaget

Piaget (1959), relaciona las distintas etapas del juego infantil (ejercicio, simbólica y de regla) con las diferentes estructuras intelectuales o periodos por las que atraviesa la génesis de la inteligencia. De esta manera, el juego (al igual que los otros fenómenos analizados por Piaget o sus seguidores) sufre unas transformaciones similares a las que experimentan las estructuras intelectuales. En este sentido, una de las funciones del juego es consolidar las estructuras intelectuales a lo largo del proceso en el que se van adquiriendo.

A la actividad lúdica se le considera como una forma placentera de actuar sobre los objetos y sobre sus propias ideas; en este sentido, jugar es una manera de intentar entender y comprender el funcionamiento de las cosas y la realidad externa cuya exigencia de acomodación a ella acabaría por romper psicológicamente al niño. Desde este punto de vista, podríamos considerar que se asemeja en algunos aspectos a la teoría psicoanalítica.

Una de las críticas que se le ha hecho a Piaget es “su olvido” de la comunicación y, en concreto, de las relaciones entre iguales y el exceso de importancia que concede al egocentrismo.

2.1.2.4. Teoría Sociohistórica de Vygotsky y Elkonin

Vygotsky (1966) y Elkonin (1980), defendieron que la naturaleza social del juego simbólico es tremendamente importante para el desarrollo. Vigotsky consideraba que las situaciones imaginarias creadas en el juego eran zonas de desarrollo próximo que operan como sistemas de apoyo mental. En definitiva, una guía del desarrollo del niño.

De acuerdo con Vygotsky, el origen del juego es la acción. Ahora bien, mientras que para Piaget la complejidad organizativa de las acciones que dan lugar al símbolo, para Vygotsky, el sentido social de las acciones es lo que caracteriza la actividad lúdica.

El juego nace de las necesidades y frustraciones del niño. Si el niño lograra todos sus deseos de forma inmediata no tendría la “necesidad” de introducirse en actividades lúdicas. Hace falta que el niño tenga un cierto grado de conciencia de lo que no tiene para que sea capaz de entrar en una representación imaginaria que deforme la realidad para su bienestar psicológico. Sin embargo, no debemos confundir esta situación de deseo con el modelo psicoanalítico de la represión, ya que lo que resalta Vygotsky es que el deseo de saber es lo que impulsa al juego de representación.

Esta teoría de la escuela soviética nos permite comprender el papel de la cultura en la elaboración espontánea de conocimientos infantiles, abriéndonos de esta forma la posibilidad de hacer un uso educativo y adecuado del juego.

2.1.3. TEORIAS DE LA AUTOESTIMA

2.1.3.1. La psicología humanista de Abraham Maslow

La teoría de Maslow establece que para alcanzar una autoestima debes cumplir con una serie de necesidades que se encuentran estructuradas en forma de una pirámide ubicando en la parte superior las necesidades de menor prioridad. Satisfaciendo dichas necesidades el individuo estará en armonía ya que Maslow (1991) considera estas necesidades esenciales.

Las necesidades que conforman la pirámide son:

- Necesidades fisiológicas: Se refiere a comer, dormir, descansar, orinar, defecar, estar a una temperatura agradable, etc.
- Necesidades de seguridad: Estar en un estado de orden, estabilidad y estar protegidos.

- Necesidades sociales: Tener la compañía del ser humano, manifestar y recibir afecto, pertenecer a un grupo o estar en unión con una persona.
- Necesidades de reconocimiento: Autovalorarse, sentirse apreciado, reconocer virtudes, sobresalir dentro de un grupo social.
- Necesidades de auto-superación: Requiere trascender, superarse a sí mismo, cambiar para ser mejor, aprender cosas nuevas, realizarte, etc.

2.1.3.2. Teoría de los Pilares de la Autoestima

Para Branden (1995, p. 48) la autoestima es una necesidad humana básica que influye sobre nuestra conducta, en otras palabras, la autoestima es una necesidad que debemos aprender a satisfacerla mediante el ejercicio de nuestras facultades humanas, la elección, la razón y la responsabilidad vincula el sentido de eficacia de la persona y el sentido de merecimiento personal, constituyendo la suma integrada de autoconfianza y autorrespeto; así mismo muestra los seis pilares de la autoestima que son: la práctica de vivir conscientemente, la práctica de aceptarse a sí mismo, la práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo, la práctica de autoafirmación, la práctica de vivir con propósito y la práctica de la integridad personal.

Branden también se refiere a la autoestima como una convicción, como un término que implica dedicación y acción al mismo sentimiento y creencia.

2.1.3.3. Propuesta de Morris Rosemberg

La investigación de Rosemberg (1965), persigue factores sociales que influyen en la autoestima porque los valores son los que definen merecimiento y son los resultados del contexto de la cultura. Señala en la autoestima, la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo, expresando una actitud de aprobación o desaprobación.

Las actitudes hacia nosotros mismos recuerdan las formas de actitudes hacia otros objetos. Una persona tiene autoestima en la medida que se percibe a sí mismo como poseedor de una muestra de autovalores.

2.1.3.4. Propuesta de Stanley Coopersmith

Coopersmith (1959), ve la autoestima a través de una psicología de la perspectiva conductual. Afirma que existen cuatro bases principales de autoestima: competencia, significado, virtud y poderes, sobre los que las personas se evalúan a sí mismas.

Existen algunas similitudes entre el pensamiento de Stanley Coopersmith y Rosemberg, pues ambos ven la autoestima como una actitud y una expresión de merecimiento. Desde el punto de vista psicológico Coopersmith centra la relación que existe entre autoestima amenazada y defensiva. Según esta definición la capacidad de apreciarse depende de las expectativas, pretensiones o planes que se hacen sobre uno mismo y su comprobación en la realidad. Por lo tanto, una persona que tiene altísimas expectativas podrá verse fácilmente desengañada al no lograr lo anhelado, mientras que otra que no espera casi nada de la vida, podrá verse satisfecha fácilmente; a pesar de haber alcanzado ningún éxito ya se conforma con su escasa expectativa.

Coopersmith tiene un concepto de autoestima orientado en cuatro sub escalas: sub escala a sí mismo, sub escala pares, sub escala hogar y sub escala escuela.

2.1.3.5. Propuesta de José Antonio Alcántara

Para Alcántara (1993, p. 18), la autoestima es una estructura coherente, difícil de modificar. Sin embargo, su naturaleza no es estática sino dinámica y por tanto, esta puede crecer, arraigarse de forma más íntima, ramificarse e interconectarse con otras actitudes de la persona, pero también puede debilitarse, empobrecerse y desintegrarse. La autoestima es pues, perfectible en mayor o menor grado.

La autoestima es una forma de ser y de actuar que arraiga en los niveles más profundos de nuestras capacidades, ya que es el fruto de la unión de muchos hábitos y aptitudes adquiridas. La autoestima compacta pues una mayor radicalidad, una estabilidad superior y una carga motivacional más potente

que los simples de posición, hábitos y actitudes. Es una estructura funcional de mayor eficacia y solidez que engloba y orienta todo el dinamismo humano. Es la meta más alta del proceso educativo y constituye el juicio de nuestra forma de pensar y actuar. La autoestima posee dos cualidades: la transferencia y generalización.

2.1.3.6. Perspectiva Cognitivo Experiencial de Seymour Epstein

Epstein (1973), define la autoestima como una necesidad humana básica de ser merecedor de amor. Ocupa un rol central en nuestras vidas como fuerza de motivación. La teoría de Epstein se inclina más al desarrollo de la personalidad que al de la autoestima. La perspectiva cognitiva tiende a ser mecánica, reduccionista al tratar de entender los fenómenos humanos de nuestra vida.

El enfoque de Epstein se basa en ideas cognitivas sobre experiencia, organización, representación y el proceso evolutivo. Epstein dice que dos seres humanos organizan la información y la experiencia del mundo, de sí mismo y de los otros; en teorías personales de realidad. Esto quiere decir que es un modo de entender el mundo y los otros; nos ayuda a sobrevivir y crecer influyendo en nuestra motivación y conducta. La autoestima tiene efecto sobre la conducta y las emociones; la regulación de la autoestima es importante para las personas, pero esta varía de persona a persona, no todas tienen la misma percepción del mundo. Cada ser es individual.

2.1.3.7. Teoría Humanista de Carl Rogers

Para Rogers (1977), el ser humano nace con una tendencia realizadora que, si la infancia no la estropea, puede dar como resultado una persona plena: abierta a nuevas experiencias, reflexiva, espontánea y que valora a otros y a sí mismo. La persona inadaptada tendría rasgos opuestos: cerrada, rígida y depreciativa de sí mismo y de los demás.

Rogers insiste en la importancia que tienen las actitudes y cualidades del terapeuta para el buen resultado de la terapia: las tres principales son la

empatía, la autenticidad y la congruencia. Rogers quiso comprender y describir el cambio que sufre el paciente cuando se siente comprendido y aceptado por el terapeuta:

- ❖ Se produce una relajación de los sentimientos: de considerarlos como algo remoto se reconocen como propios y, finalmente como un flujo siempre cambiante.
- ❖ Cambio en el modo de experimentar: de la lejanía con que primero experimenta su vivencia se pasa a aceptarla como algo que tiene un significado, y al terminar el proceso el paciente se siente libre y guiado por sus vivencias.
- ❖ Se pasa de la incoherencia a la coherencia: desde la ignorancia de sus contradicciones hasta la comprensión de las mismas y su evitación.
- ❖ Se produce también un cambio en su relación con los problemas: desde su negación hasta la conciencia de ser él mismo su responsable, pasando por su aceptación.
- ❖ Cambia igualmente su modo de relacionarse con los demás: desde la evitación a la búsqueda de relaciones íntimas y de una disposición abierta.
- ❖ De centrarse en el pasado a centrarse en el presente.

2.2. MARCO CONCEPTUAL

2.2.1. LA AUTOESTIMA

Un aspecto muy importante de la personalidad, del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, es la autoestima; es decir el grado en que los individuos tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismos y de su propio valor.

Daremos una serie de definiciones de la autoestima

- La capacidad que tiene la persona de valorarse, amarse, apreciarse y aceptarse a sí mismo.
- El conjunto de las actitudes del individuo hacia mismo (Burns).
- Es la percepción evaluativa de uno mismo.
- “Conozco una sola definición de la felicidad: ser un buen amigo de sí mismo” (P.Solignac)
- Es el amor que cada persona tiene de sí mismo.

La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta. Las personas con una autoestima elevada suelen reportar menos emociones agresivas, negativas y menos depresión que las personas con una autoestima baja.

De modo similar, las personas con una autoestima elevada pueden manejar mejor el estrés y, cuando son expuestas al mismo, experimentan menos efectos negativos en la salud.

La época importante para el desarrollo de la autoestima es la infancia intermedia. El niño, aquí, compara su yo real con su yo ideal y se juzga a sí mismo por la manera en que alcanza los patrones sociales y las expectativas que se ha formado de sí mismo y de qué tan bien se desempeña.

Las opiniones de los niños acerca de sí mismos tienen un gran impacto en el desarrollo de la personalidad, en especial en su estado de ánimo habitual.

Por todo lo anterior, es importante el estudio de la autoestima, así como la presentación de patrones de conducta que lleven al individuo a establecer una autoestima elevada, que le permita un mejor desarrollo de sí mismo.

Por tanto, la autoestima, es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida; creemos que somos listos o tontos, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos se juntan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que esperábamos.

TIPOS DE AUTOESTIMA

La autoestima se puede desarrollar en las personas de tres formas

- Autoestima Alta (Normal): La persona se ama, se acepta y se valora tal cual es.
- Autoestima Baja: La persona no se ama, no se acepta y no se valora en sus cualidades.
- Autoestima Inflada: La persona se ama más que a los demás y valora exageradamente sus cualidades

Características de Personas con Alta autoestima (Campos y Muñoz, 1992)

- ❖ Saben que cosas pueden hacer bien y qué pueden mejorar.
- ❖ Se sienten bien consigo mismos.
- ❖ Expresan su opinión
- ❖ No temen hablar con otras personas.
- ❖ Saben identificar y expresar sus emociones a otras personas.
- ❖ Participan en las actividades que se desarrollan en su centro de estudio o trabajo.
- ❖ Se valen por sí mismas en las situaciones de la vida, lo implica dar y pedir apoyo.
- ❖ Les gusta los retos y no les temen.
- ❖ Tiene consideración por los otros, sentido de ayuda y están dispuestos a colaborar con las demás personas.
- ❖ Son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas.
- ❖ Luchan por alcanzar lo que quieren.
- ❖ Disfrutan las cosas divertidas de vida, tanto de la propia como de la de los demás.
- ❖ Se aventuran en nuevas actividades.
- ❖ Son organizados y ordenados en sus actividades.

- ❖ Preguntan cuándo algo no lo saben.
- ❖ Defienden su posición ante los demás.
- ❖ Reconocen cuando se equivocan.
- ❖ No les molesta que digan sus cualidades, pero no les gusta que los adulen.
- ❖ Conocen sus cualidades y tratan de sobreponerse a sus defectos.
- ❖ Son responsable de sus acciones.
- ❖ Son líderes naturales.

Características de personas con Baja autoestima (Campos y Muñoz 1992)

- ❖ Son indecisos, se les dificulta tomar decisiones, tienen miedo exagerado a equivocarse. Solo toman una decisión cuando tienen seguridad en un 100 por ciento que obtendrán los resultados.
- ❖ Piensan que no pueden, que no saben nada.
- ❖ No valoran sus talentos. Miran sus talentos pequeños, y los de los otros los ven grandes.
- ❖ Le tienen miedo a lo nuevo y evitan los riesgos.
- ❖ Son muy ansiosos y nerviosos, lo que los lleva a evadir situaciones que le dan angustia y temor.
- ❖ Son muy pasivos, evitan tomar la iniciativa.
- ❖ Son aisladas y casi no tienen amigos.
- ❖ No les gusta compartir con otras personas.
- ❖ Evitan participar en las actividades que se realizan en su centro de estudio o en su trabajo.
- ❖ Temen hablar con otras personas.
- ❖ Dependen mucho de otras personas para hacer sus tareas o realizar cualquier actividad.
- ❖ Se dan por vencidas antes de realizar cualquier actividad.
- ❖ No están satisfechas consigo mismas, piensan que no hacen nada bien.
- ❖ No conocen sus emociones, por lo que no pueden expresarlas.

- ❖ Debido a que no tienen valor, les cuesta aceptar que las critiquen.
- ❖ Les cuesta reconocer cuando se equivocan.
- ❖ Manejan mucho sentimiento de culpa cuando algo sale mal.
- ❖ En resultados negativos buscan culpables en otros.
- ❖ Creen que son los feos.
- ❖ Creen que son ignorantes.
- ❖ Se alegran ante los errores de otros.
- ❖ No se preocupan por su estado de salud.
- ❖ Son pesimistas, creen que todo les saldrá mal.
- ❖ Busca líderes para hacer las cosas.
- ❖ Cree que es una persona poco interesante.
- ❖ Cree que causa mala impresión en los demás.
- ❖ Le cuesta obtener sus metas.
- ❖ No le gusta esforzarse.
- ❖ Siente que no controla su vida.

Características de las personas con autoestima inflada: Tomando elementos básicos de Freud podemos hacer una aproximación, a las características de este tipo:

- ❖ Piensan que pueden hacerlo todo, no hay nadie mejor que ellos.
- ❖ Creen tener siempre la razón y que no se equivocan.
- ❖ Son seguros de sí mismos en extremo, pero los hace no ver los riesgos de sus acciones.
- ❖ Creen que todas las personas los aman.
- ❖ Hablan en extremo y son escandalosos.
- ❖ No toman en cuenta a nadie para hacer sus tareas o realizar cualquier actividad.
- ❖ Por lo general la gente los rechaza por sabelotodo.
- ❖ Se aman en forma enfermiza a sí mismo.

- ❖ Son vanidosos, pero en caso extremo llegan al “narcisismo”. Narciso era un hermoso joven que todos los días iba a contemplar su propia belleza en un lago. Estaba tan fascinado consigo mismo que un día se cayó dentro del lago y se murió ahogado. En el lugar donde cayó nació una flor, a la que llamaron narciso.
- ❖ Se sienten atractivos (no necesariamente en el aspecto físico).
- ❖ Creen que son las personas más interesantes de la tierra.
- ❖ Tienen mucha seguridad en sí mismo.
- ❖ Cree que le gana a cualquiera en todo.
- ❖ Cree que es el cuerpo más bello.
- ❖ Cree que impacta a cualquiera que lo conoce.
- ❖ Le gusta que lo elogien.
- ❖ Cree que todas las personas están obligadas a amarlo.
- ❖ Siento que realmente soy mi mejor amigo.
- ❖ Cree que nunca se equivoca, pero ataca a los demás cuando se equivocan
- ❖ Siento que nadie es más que como yo como persona.
- ❖ Casi siempre tengo una actitud amigable con los demás; los acepto sin juzgarlos.
- ❖ Me siento feliz y plenamente a gusto conmigo mismo.
- ❖ Cuida en forma enfermiza de su salud.
- ❖ Optimista en extremo
- ❖ Siente que merece tener más que los demás
- ❖ Quiere tener lo mejor en ropa, perfume, y objetos materiales.
- ❖ Ególatra, Megalómano.

FORMACIÓN DE LA AUTOESTIMA

Existen elementos que ayudan a mejorar la autoestima

Sentido de Pertenencia: Necesitamos experimentar que somos parte de algo, Somos parte de una familia, Una comunidad, en la cual nos quieren y nos respetan, Miembros de una nación, somos curdos, con nuestras costumbres, historia, lengua y otros

Sentir que somos amados por, Familia, nos aman nos cuidan, y si no es así, buscamos una familia sustituta; Amigos, con quienes compartimos nuestros momentos agradables; Vecinos, que nos respetan.

Ser reconocidos en nuestras cualidades, capacidades, habilidades, destrezas y dones

A) Formación de una baja autoestima

La autoestima se va desarrollando a diario en los primeros años de la vida de los estudiantes. Y entre los factores que producen una baja autoestima podemos describir:

Amor condicionado a niños: “Si no sacas buenas notas en tus exámenes, no te voy a querer”.

- La repetición constante del no: No hagas eso, no vengas tarde y otros.
- La inconsistencia en las reglas de conducta: papa da una orden y mamá da una orden contraria. Papá no me da permiso, pero mi mamá si...
- Regaño con alto grado de enojo, malas palabras, cólera...
- Indiferencia de los padres, no sabe si está enfermo, si come, por donde anda.
- Reglas familiares rígidas. ¡Quien no viene a las 12, sino después no almuerza en esta casa!

- Pérdidas importantes durante infancia: papá, mamá y otros.
- El Abuso Físico, o sexual: golpes, violaciones,...
- Padre o madre alcohólicos o drogadictos.
- Padres sobreprotectores.

Comunicación de doble vínculo: es el mensaje con doble fondo, una persona dice una cosa y actúa de otra forma diferente a la que dijo. Ejemplo: Le pide al niño que no mienta, y él miente. Situaciones de estrés agudo o estrés post traumático pueden generar Los elementos estresantes pueden ser causa de una baja autoestima.

B) Elementos Forjadores de una autoestima inflada

Desde niño se le trata así:

- Es tratado con amor enfermizo.
- No se le aplican normas conductuales.
- Se le enseña a que su opinión es mejor que la de los demás.
- Que logrará todo lo que se proponga.
- Que puede conseguir lo quiera aunque para ello, tiene que utilizar a otros.
- Se le enseña que es el más bonito o la más bonita.
- Que es el más inteligente de todos.
- A ser autosuficiente en extremo.
- Se le enseñan que son los que consiguen las mejores cosas y que los que tiene mejor cuerpo, consiguen mejor pareja,etc.

En grado extremo se va desarrollando en el niño y niña una personalidad vanidosa y narcisista. Y busca estar delgada si es mujer, porque el modelo de mujer es el ser delgado, llegando a la anorexia, sentimiento en el que la persona se siente gorda y deja de comer o a la bulimia, que come y después vomita para mantenerse delgada. Y en los hombres un culto al cuerpo.

ELEMENTOS LIGADOS A LA AUTOESTIMA

Según lo sugerido por el autor Mauro Rodríguez (2001), los componentes de la autoestima son diversos, por ello los sintetizó en tres esenciales, que son:

- El autoconcepto.
- El autorrespeto
- El autoconocimiento.

Conocer cada uno de los componentes de la autoestima nos permitirá, sin duda, entender mejor su desarrollo y reconocer la importancia de ella en nuestra vida cotidiana.

Puesto que la autoestima, afecta a todo el comportamiento humano y recibe influencias determinantes desde la infancia hasta el último momento de la vida; es indispensable identificar sus componentes, para así, elaborar estrategia que nos lleven a fortalecerla y mantenerla en estado elevado.

Con esta, se busca abordar el núcleo de la autoestima y su influencia trascendente en el desarrollo personal; a partir de la identificación de sus componentes, con el fin primordial de que se avance en la comprensión de ese que hasta hoy nos resultara tan desconocido: uno mismo.

Autoconcepto.

El auto concepto es la opinión o impresión que la gente tiene de sí misma, es su "identidad hipotetizada", la cual se desarrolla a lo largo de muchos años. El auto concepto, es el conjunto de percepciones cognoscitivas y actitudes que la gente tiene acerca de sí misma.

El auto concepto es multidimensional, y cada una de sus dimensiones explica roles diferentes. Una persona puede calificarse como marido o esposa, como profesional, como, líder comunitario, como pariente y amigo, y así sucesivamente; esos aspectos diferentes del yo, describen la personalidad total.

Los individuos pueden tener auto conceptos diferentes, que cambian de vez en cuando, que pueden ser o no, retratos precisos de ellos mismos. Los autoconceptos se elaboran constantemente, dependiendo de las circunstancias y de las relaciones confrontadas por el individuo.

Los hallazgos empíricos han revelado que la diferenciación del yo, aumenta con la edad. Las contradicciones y el conflicto interno, son menores al inicio de la adolescencia, alcanzan un punto máximo a la mitad de la etapa adolescente y al final empieza a declinar. Durante la adolescencia media, los jóvenes desarrollan la capacidad de comparar, pero no de resolver, atributos contradictorios del yo.

El autoconcepto está formado por varios niveles

- **Nivel cognitivo - intelectual:** constituye las ideas, opiniones, creencias, percepciones y el procesamiento de la información exterior. Basamos nuestro autoconcepto en experiencias pasadas, creencias y convencimiento sobre nuestra persona.
- **Nivel emocional afectivo:** es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales. Implica un sentimiento de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros.
- **Nivel conductual:** es la decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente.

Los factores que determinan el autoconcepto son los siguientes:

- **La actitud o motivación:** es la tendencia a reaccionar frente a una situación tras evaluarla positiva o negativa. Es la causa que impulsa a actuar, por tanto, será importante plantearse los porqués de nuestras acciones, para no dejarnos llevar simplemente por la inercia o la ansiedad.

- **El esquema corporal:** supone la idea que tenemos de nuestro cuerpo a partir de las sensaciones y estímulos. Esta imagen está muy relacionada e influenciada por las relaciones sociales, las modas, complejos o sentimientos hacia nosotros mismos.
- **Las aptitudes:** son las capacidades que posee una persona para realizar algo adecuadamente (inteligencia, razonamiento, habilidades, etc.).
- **Valoración externa:** es la consideración o apreciación que hacen las demás personas sobre nosotros. Son los refuerzos sociales, halagos, contacto físico, expresiones gestuales, reconocimiento social, etc.

Autorrespeto

Respetarse a uno mismo, es un trabajo indispensable para vivir en armonía con uno mismo y con los demás.

Constantemente, nos quejamos de que otros nos faltan al respeto, sin atender a que es más frecuente que uno mismo se falte al respeto, siendo esto en ocasiones de maneras inconscientes.

La autoestima, dice Dov Peretz (1993), que es un silencioso respeto por sí mismo. Mientras que, según Mauro Rodríguez (2003), el respeto a sí mismo, se manifiesta a través de las siguientes formas:

1. Atender y satisfacer las propias necesidades y valores.
2. Expresar y manejar, e forma conveniente, sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse.
3. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo.

Generalmente, las faltas de respeto, comienzan con faltas de respeto a uno mismo. Habría que comenzar por revisar detenidamente cómo y por qué yo lo permito y no tanto por qué el otro lo hace.

Y, sin duda, de la misma manera que las relaciones humanas profundas se establecen sobre bases de respeto, también la autoestima se fortalece cuando aprendemos a respetarnos a nosotros mismos.

Autoconocimiento.

Se dice que cuando aprendemos a conocernos, en realidad vivimos; y efectivamente, no podemos vivir con algo o con alguien que desconocemos (uno mismo); mucho menos emplear capacidades, recursos o habilidades desconocidas para nosotros de nosotros mismos. El conocimiento de sí mismo no sólo afecta positivamente a la autoestima, sino a las relaciones con los demás, y hasta la comprensión del mundo, del universo. Llegar a un nivel óptimo de auto conocimiento, conlleva la comprensión de que se debe conocer a los demás, empezando por conocerse a uno mismo, e identificando la individualidad de cada ser, es decir reconocer la dependencia entre "yo y los otros"

FACTORES IMPORTANTES EN EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

La Autoestima está ligada a varios factores:

La resiliencia

Es un concepto difundido en los programas preventivos, es la capacidad que tiene el ser humano de crecer y desarrollarse en medio de factores adversos, para madurar como ser adulto competente y sano pese a los pronósticos desfavorables. Esto significa que un joven puede provenir de una familia donde el padre o la madre sean alcohólicos o ambos y no se practiquen valores asociados a la salud integral, sin embargo el hijo asimila ésta situación como algo que él no quiere vivir y se vuelve "resiliente" dentro de un medio adverso.

Asertividad

La asertividad es mucho más que decir sí o no. Implica reconocer y nombrar los sentimientos, expresarlos, tomar decisiones, actuar sin agredir a los otros y siempre hacerse responsable de la conducta que se sigue y de sus consecuencias.

Una persona asertiva se siente siempre libre para manifestarse. Puede comunicarse con cualquier persona. Mantiene una orientación activa en su vida; persigue lo que desea, imagina, crea y logra. No es pasivo, no aguarda a que las cosas le ocurran ni permite que le sean impuestas. Además, siempre actúa de modo que él mismo juzga respetable, así conserva el respeto propio.

La asertividad define la manera de proceder ante una situación que requiere respuesta o decisión. Se puede decidir por impulso, por costumbre o de la manera que los otros esperan, o bien de manera razonada.

Al decidir con asertividad lo hacemos también de manera razonada. Esto implica: definir el problema, buscar las soluciones posibles y valorar cada una para finalmente optar por la más adecuada.

Al estar seguro de sí mismo, uno puede defender derechos y asumir responsabilidades y obligaciones.

La vida nos plantea problemas a todos, pero lo importante es saber que somos capaces de enfrentarlos eficientemente.

Conducirse asertivamente promueve la igualdad en las relaciones interpersonales a través de la comunicación abierta.

Ser asertivo permite defender los derechos propios, lo que se piensa, se siente y se desea de forma clara y directa, en el momento oportuno, sin negar los derechos de los otros, y evitando en lo posible una actitud pasiva o agresiva.

La comunicación asertiva es indispensable en la vida, para dar a conocer al otro la forma en que se piensa, siente y actúa.

Ser asertivo brinda la posibilidad de experimentar satisfacciones.

El comportamiento agresivo impide el enriquecimiento de la interacción social y provoca en ésta defectos negativos, pues deteriora la satisfacción y la comunicación de las relaciones humanas.

La actitud no asertiva expone a la manipulación y al control psicológico de los demás.

Nadie puede manipular las emociones de los demás, si éstos no lo permiten.

La práctica de la asertividad ayuda a protegerse de situaciones de riesgo, fortalece el sentido de responsabilidad y de seguridad en uno mismo.

Autoestima y auto realización

Es la conciencia de la propia valía e importancia y la asunción de la propia responsabilidad hacia nosotros mismos, de la construcción de nuestra vida y hacia nuestras relaciones intrapersonales e interpersonales.

A menudo se le confunde con egoísmo o hedonismo, es justamente lo contrario, es una forma de apertura a los demás, responsabilizándose de las propias acciones y relaciones, a la conciencia positiva de sí mismo en cuanto persona y la responsabilidad de las propias acciones y relaciones.

No obstante, no podemos enseñar a nuestros hijos lo que desconocemos. Sólo podremos hacerlo si partimos de nosotros como educadores de nosotros mismos.

Cada persona es valiosa, importante y responsable, por el sólo hecho de ser un ser humano. Todos tenemos capacidad para tomar las propias decisiones y aceptar la responsabilidad de nuestros actos.

COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA

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

Seguridad

Es el presupuesto básico de la autoestima, factor de motivación. Se deriva del reconocimiento, del éxito, de la libertad, de la apreciación, de la pertenencia, del auto-concepto, de la aceptación.

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

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

El niño necesita de unas normas claras de conducta para que sepa lo que se espera de él como parte del sistema familiar y social al cual pertenece. Normas básicas de convivencia que se aplican a todos los componentes de la familia y el cumplimiento de las cuales son responsables todos, padres e hijos.

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

El niño necesita poder tener confianza en sus padres y no estar sujeto a sobresaltos o cambios bruscos de humor o de actitudes dentro de la familia. El niño necesita la seguridad de saber a qué atenerse con

respecto a lo que puede o no puede hacer, con el fin de desarrollar su sentido de responsabilidad.

Características Del Niño Sin Suficiente Seguridad

- Timidez excesiva.
- Dificultad de separarse de personas o situaciones que le amparan y arropan.
- Nerviosismo exteriorizado, comerse las uñas, chuparse el dedo, jugar con los rizos de pelo, temblor, llanto.
- Estrés, como mojar la cama, dolores de estómago o de cabeza, sudor excesivo, irritación, nerviosismo.
- Resentimiento contra la autoridad por abusos sufridos, utiliza el victimismo para sentirse aliviado: él no es el responsable, es el entorno o los demás.
- Desorientación, no sabe lo que se espera de él, confundido.
- Considera que no hay justicia hacia él y hacia cualquier cosa que haga.
- Se resiste a probar nuevas experiencias, se le ha castigado por cualquier iniciativa que tomara que decide no hacer nada para no ser castigado.
- Dificultad en aceptar cambios, entran en crisis, se asustan.
- Dificultad en mantener contacto con los ojos o a tener contacto físico con los demás, recuerdan el miedo que les representaba mirar a sus padres o tampoco han recibido la experiencia de recibir abrazos o afecto.
- Rechaza las órdenes que se le den, porque reconoce riesgo o esfuerzo que considera excesivo desde su seguridad.
- No acepta el concepto de gratificación retrasada, pierde confianza en su capacidad de logro.

Características del Niño con buen Sentido de Seguridad

Tiene tendencia a:

- Sentirse abierto a los cambios.
- Sentirse cómodo con el contacto físico de las personas que quiere.
- Sentirse cómodo tomando riesgos y buscando alternativas.
- No tener problemas ante la separación de personas de su entorno cuando se les explica y se da cuenta de las razones que la motivan.
- Tener una relación personal de confianza con las personas que conoce.
- Aceptar directrices que recibe, evaluando y hablando abiertamente de las dificultades, desde la perspectiva de su solución.
- Estar dispuesto a perdonar injusticias buscando la solución o reparación de las consecuencias.
- Estar abierto a la interacción mutua y respetuosa con los demás.
- Saber darse cuenta de lo que se espera de él y, si no, preguntar e informarse.

Sentido de identidad

Se refiere a la imagen que el niño se forma de sí mismo, o dicho de otra forma, a las asociaciones mentales que adquiere el niño cuando se refiere a sí mismo. Estas asociaciones derivan en gran parte de la forma en que el niño ha sido tratado en el pasado. Sus reacciones emocionales y sus conclusiones sobre sí mismo dependen de su interpretación de sus vivencias y de sus situaciones desde la primera infancia.

Desde los primeros años, el niño pone las bases de sus estrategias vivenciales que le acompañarán posiblemente durante toda su vida. Los padres, con su actuación hacia sus hijos, son la primera motivación importante de cómo estas estrategias se van formando y reforzando. El niño, frente a la actuación de sus padres construye un sistema de

comportamiento, de defensa y supervivencia, que le permite superar el sufrimiento o la incomodidad.

Sentido de pertenencia

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

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

Un buen instrumento de cohesión y apoyo puede ser el nombrar cada semana durante un día a uno de los miembros de la familia como foco central. Esto consiste en que cada uno se dirija a la persona con términos halagadores, se le reserve la mayor deferencia y se puede llegar a delegar el liderazgo familiar (sugerir que se va a comer, a qué juegos jugar juntos, que temas de conversación, etc.). En un ambiente de este tipo, los niños aprenden a ser parte activa, a compartir, a apoyar, a contemplar sus deseos con el interés del grupo y a seguir las reglas o normas del grupo.

Autocuidado

El autocuidado posee unos principios que se deben tener en cuenta en su promoción:

- Es un acto de vida que permite a las personas convertirse en sujetos de sus propias acciones. Por tanto es un proceso voluntario de la persona para consigo misma.

- Debe ser una filosofía de vida y una responsabilidad individual íntimamente ligada a la cotidianidad y a las experiencias vividas de las personas, pero a su vez debe estar fundamentada en un sistema de apoyo formal e informal como es el sistema social y el de la salud.
- Es una práctica social que implica cierto grado de conocimiento y elaboración de un saber y que da lugar a intercambios y relaciones interindividuales.

CAPITULO III

RESULTADOS Y PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

3.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

El análisis de los resultados puede observarse en las gráficas correspondientes que contienen la interpretación respectiva.

RESULTADOS DEL ESCALOGRAMA DE GUTTMAN.

CUADRO N° 1: Preguntas relacionadas con la facilidad de expresarse en público realizada a estudiantes del sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José”

Preguntas \ Respuestas	A	B	C	D	E
SI	4	10	16	34	42
NO	46	40	34	16	8

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José”

INTERPRETACIÓN:

La pregunta A evidencia las enormes dificultades que presentan la mayoría de estudiantes a la hora de expresarse en un público grande.

La pregunta B muestra que el nivel de participación a la hora de expresarse en, como en las actuaciones escolares, se ha incrementado ligeramente pero que la dificultad todavía se presenta un alto número de estudiantes.

En la pregunta C se han acortado las distancias entre el nivel de participación de estudiantes en actividades más cerradas como su participación en el aula, sin embargo el nivel de participación está por debajo de la tercera parte de estudiantes.

La pregunta D vinculada con la facilidad para expresarse dentro de un grupo, muestra un incremento que de la participación de estudiantes habiendo más que duplicado a aquellos que no participan.

La pregunta E vinculada con el contacto más directo, de persona a persona que se manifiesta en las relaciones humanas cotidianas, si bien es cierto, presenta la participación de la amplia mayoría, aún mantiene la dificultad de un número de estudiantes que genera preocupación por cuanto aquí ningún estudiante debiere presentar dificultades para relacionarse con los demás.

CUADRO N° 2

Preguntas relacionadas con lo que sienten al realizar una tarea, formulada a estudiantes del sexto grado “E” de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José”

Preguntas \ Respuesta	A	B	C	D	E
SI	18	24	32	12	8
NO	32	26	18	38	42

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José”

INTERPRETACIÓN:

La pregunta A revela que más de la tercera parte de estudiantes sienten que todo lo que hacen lo hacen bien, mientras que la mayoría de estudiantes siente lo contrario.

En la pregunta B se puede determinar que existe casi un equilibrio entre estudiantes que piensan que casi todas sus tareas lo hacen bien y los que no piensan así.

A la pregunta C, la mayoría de estudiantes cree que algo hace bien, pero un gran número opina que incluso no llega ni a ese algo.

Realizada la pregunta D, un poco menos de la cuarta parte de estudiantes estima que casi nada de lo que hace está bien y la gran mayoría piensa de manera inversa.

La pregunta E nos indica que sólo 4 estudiantes sienten que nada hacen bien en sus trabajos y la gran mayoría considera lo contrario. Es preocupante que haya estudiantes con un alto grado de frustración a las tareas que realizan.

RESULTADOS DE LA ENCUESTA

CUADRO N° 3

Generalmente al empezar un nuevo día ¿Cómo te sientes?

Preguntas \ Respuesta	Alegre	Triste	Enojado
Generalmente al empezar un nuevo día ¿Cómo te sientes?	32	18	0

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

Del total de encuestados, el 64% de estudiantes se siente alegre al empezar un nuevo día y el 0% de estudiantes se siente enojado, así el porcentaje restante se siente triste.

CUADRO N° 4

Con relación a tu cuerpo y tu aspecto físico ¿Cómo te consideras?

Preguntas \ Respuesta	Atractivo	Feo	Espantoso
Con relación a tu cuerpo y tu aspecto físico ¿Cómo te consideras?	20	30	0

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

El cuadro número 4 revela que el 60% de estudiantes se siente feo, es decir tiene una imagen pobre de sí mismo y el 0% de estudiantes (ninguno) se considera espantoso, mientras que el porcentaje restante se siente atractivo.

CUADRO N° 5

Con relación a la inteligencia, ¿Qué opinas de ti mismo?

Preguntas \ Respuesta	Inteligente	Poco Inteligente	Nada Inteligente
Con relación a la inteligencia, ¿Qué opinas de ti mismo?	16	30	4

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

Del total de encuestados, el 60% se considera poco inteligente, es decir, tiene un pobre autoconcepto de sí mismo y el 8% se considera nada inteligente, es decir su autoconcepto es sumamente pobre y el porcentaje restante se considera inteligente.

CUADRO N° 6

Respecto a la amistad, ¿Cómo te consideras?

Preguntas \ Respuesta	Muy amigable	Poco Amigable	Nada Amigable
Respecto a la amistad, ¿Cómo te consideras?	20	26	4

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

La gráfica muestra que mientras el 52% de los encuestados en sus relaciones interpersonales se considera poco amigable; el 8% se considera nada amigable y el resto se considera muy amigable.

CUADRO N° 7

En cuanto al amor, ¿Cómo te sientes a menudo?

Preguntas \ Respuesta	Te aman	Te odian	Son indiferentes
En cuanto al amor, ¿Cómo te sientes a menudo?	26	20	4

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

Del total de encuestados, el 56% de estudiantes a menudo siente que lo aman; el 8% siente que le son indiferentes y el porcentaje restante siente que lo odian.

CUADRO N° 8

Antes de emprender algo nuevo, ¿Qué piensas sobre los resultados?

Preguntas	Respuesta	Ganarás	Perderás	Nunca puedes ganar
	Antes de emprender algo nuevo, ¿Qué piensas sobre los resultados?		20	24

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

De los 25 estudiantes encuestados, el 48% piensa que perderá antes de emprender algo nuevo; el 12% piensa que nunca puede ganar y los demás piensan que ganarán antes de emprender algo nuevo.

CUADRO N° 9

Si cometes un error, ¿Qué piensas sobre los resultados?

Preguntas \ Respuesta	Que puedes corregir	Que sirves para nada	Todo lo haces mal
Si cometes un error, ¿Qué piensas sobre los resultados?	36	10	4

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

La gráfica muestra que el mayor porcentaje de los encuestados (72%) piensa que puede corregir; sólo el 8% piensa que todo lo hace mal y los demás consideran que sirven para nada.

CUADRO N° 10

Quando te asignan una tarea, ¿Cómo reaccionas al resolverla?

Preguntas \ Respuesta	La haces por cumplir	No me interesa	Haces tu mejor esfuerzo
Quando te asignan una tarea, ¿Cómo reaccionas al resolverla?	24	4	22

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

La gráfica muestra que el 48% del total de encuestados ante una tarea asignada, la hace por cumplir; al 8% de estudiante no le interesa y los restantes hacen su mejor esfuerzo.

CUADRO N° 11

¿Te agrada participar en clase?

Preguntas \ Respuesta	Siempre	A veces	Nunca
¿Te agrada participar en clase?	20	18	12

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

INTERPRETACIÓN:

En la gráfica se puede apreciar que, del total de encuestados, el 40% siempre participa en la clase; el 24% nunca lo hace y el porcentaje restante a veces participa.

GRÁFICA N° 12

Si no participas, ¿Cuál es el motivo?

Preguntas	Respuesta	Se burlan de ti	No te toman importancia	Siempre participas
Si no participas, ¿Cuál es el motivo?		20	10	20

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José"

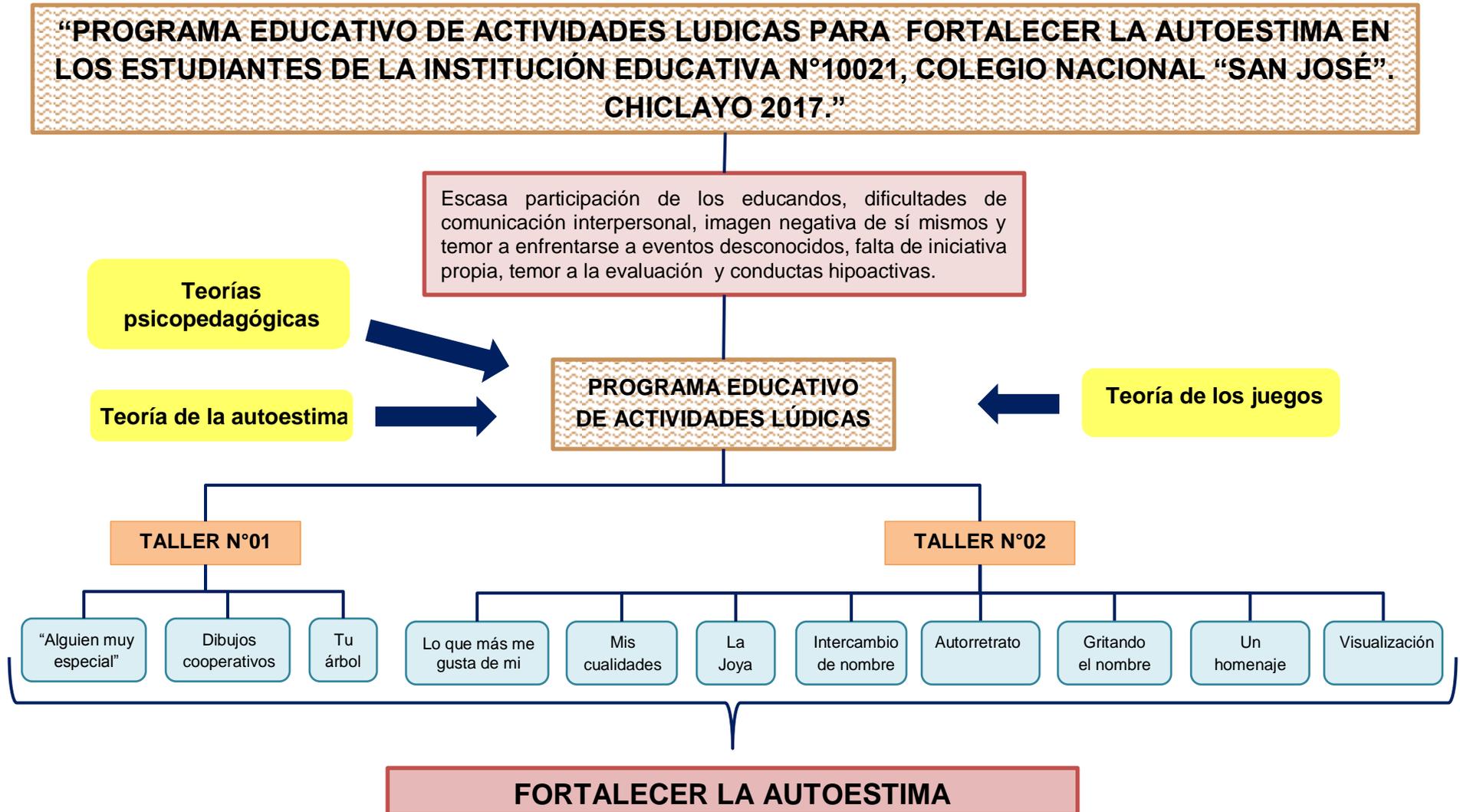
INTERPRETACIÓN:

La gráfica evidencia que del total de estudiantes encuestados, el 40% manifiestan que el motivo de su falta de participación se debe a que se burlan de ellos; igual porcentaje considera que siempre participan y el porcentaje restante considera que no toman importancia de su participación.

Los resultados de la aplicación de los instrumentos interpretados en sus respectivas gráficas, así como la aplicación de una entrevista, que, por las características de preguntas abiertas sus resultados no pueden graficarse, han corroborado los pobres niveles de autoestima de estudiantes del sexto grado de la I.E. N°10021, Colegio Nacional "San José" del distrito de Chiclayo, expresados en la dificultad para expresarse en público; el pesimismo en obtener buenos resultados antes de iniciar una tarea; la escasa motivación diaria al iniciar el día, al realizar una tarea y al participar en clase; su pobre autoconcepto y disminuida autoimagen; los escasos niveles de afectividad y las bajas perspectivas de éxito.

Se hace evidente por lo tanto, que un considerable número de estudiantes tiene una autoestima baja, la misma que necesita desarrollarla para mejorar su autoimagen, su autoconcepto, su autoconfianza, su automotivación que les permita afrontar su aprendizaje con mejores perspectivas de éxito, involucrarse en las tareas y compromisos escolares, actuar de manera extrovertida, mejorar sus relaciones interpersonales y sentirse amados e importantes.

3.2. MODELO TEÓRICO



3.3. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

3.3.1. Denominación

“Programa educativo de Actividades Lúdicas para fortalecer la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa N° 10021, Colegio Nacional “San José”. Chiclayo 2017.”

3.3.2. Introducción

Un problema que va en ascendencia entre estudiantes del nivel primario se observa en su baja motivación, su escaso nivel de participación, las dificultades en la comunicación y para el trabajo en equipo. El miedo a expresarse en público o hacerlo con insolvencia, las dificultades para entablar vínculos personales, les provoca fracasos en su tarea de aprender de manera natural.

El pobre autoconcepto, su falta de seguridad y sus negativas perspectivas de éxito ante situaciones o tareas nuevas por emprender convierten a estos pequeños en presa fácil del desánimo, taladrando su autoestima.

Los efectos en la vida escolar, social y familiar son totalmente negativos y se convierten en cadenas que arrastran los niños más allá de la vida escolar.

Ante ello, presentamos una propuesta para contribuir a desarrollar la autoestima en los educandos del nivel primaria denominado “Programa Educativo de Juegos para el Fortalecimiento de la Autoestima en estudiantes de sexto grado de educación primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo 2017.

3.3.3. Descripción de la propuesta

El programa en mención consta de dos módulos compuestos por once actividades orientadas a promover la participación de estudiantes de manera libre, espontánea y, principalmente sin la presión de ser sometido a evaluaciones.

Cada una de las actividades de los módulos del programa ha sido seleccionada cuidadosamente para promover el desarrollo de la autoestima de los educandos, propiciar un clima de confianza, promover el trabajo en equipo, expresar las emociones y aprender a relajarse.

La corta duración de las actividades otorga fluidez y dinamismo a la participación de los niños. Pueden ser aplicados de manera independiente o pueden ser insertados dentro de las estrategias de las sesiones de aprendizaje.

3.3.4. Objetivos

General: Fortalecer la autoestima de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” del distrito de Chiclayo.

Específicos:

- ❖ Propiciar un clima de confianza entre estudiantes que les permita expresarse de manera libre y espontánea.
- ❖ Promover la participación de estudiantes en actividades de integración que involucre actividades cooperativas.
- ❖ Favorecer el mejoramiento del autoconcepto, autorrespeto, autoimagen positiva de estudiantes.
- ❖ Mejorar los niveles de comunicación interpersonal de estudiantes favoreciendo un mejor trato.
- ❖ Contribuir a mejorar la participación de estudiantes en su proceso de aprendizaje.

3.3.5. Estructura

El programa diseñado presenta las actividades de manera secuenciada. Contiene una descripción, objetivos, materiales y el procedimiento.

Se impartió en diez sesiones y aplicados uno a uno cumpliendo el siguiente cronograma:

Tabla N° 1

ACTIVIDAD	CRONOGRAMA
“Alguien muy especial”	14-08-2017
“Dibujos cooperativos”	16-08-2017
“Tu árbol”	18-08-2017
“Lo que más me gusta de mi”	21-08-2017
“Mis cualidades”	23-08-2017
“La joya”	25-08-2017
“Intercambio de nombre”	28-08-2017
“Autorretrato”	30-08-2017
“Gritando el nombre”	01-09-2017
“Un homenaje”	04-09-2017
“Visualización”	06-09-2017

3.3.6. ACTIVIDADES LÚDICAS

TALLER I: PREPARANDO EL TERRENO: UN CLIMA POSITIVO

Descripción:

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

Objetivos:

- Desarrollar un ambiente de confianza y apoyo para que los participantes se encuentren seguros de sí mismos, en su interacción con los demás.
- Potenciar la conciencia de sí mismo y de su identidad personal.

CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	NOMBRE	TIEMPO
No. 1	Alguien muy especial	40 min. aprox
No. 2	Dibujos cooperativos	45 min. aprox.
No. 3	Tú árbol	50 min. aprox.

ACTIVIDADES

Las actividades, se encuentra detalladas.

TALLER II: LOS RECURSOS PERSONALES

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

Objetivos:

- Hacer conciencia a los participantes de la gran cantidad de recursos y potencialidades que poseen.
- Conocer las cualidades, habilidades y destrezas que cada uno de ellos posee.
- Procurar que sean conscientes de los logros que han tenido y mostrarlos.
- Aprender a valorar las cualidades que los demás tienen.

CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	NOMBRE	TIEMPO
No. 4	Lo que más me gusta de mí	60 min. aprox
No. 5	Mis cualidades	45 min. aprox.
No. 6	La joya	60 min. aprox.
No. 7	Intercambio de nombre	45 min. aprox.
No. 8	Autorretrato	60 min. aprox.
No. 9	Gritando el nombre	40 min. aprox.
No. 10	Un homenaje	35 min. aprox.
No. 11	Visualización	40 min. aprox.

CONCLUSIONES

1. Se diagnosticó que los estudiantes de sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José” presentan un bajo autoestima, caracterizado en que pese a que el 64% amanece alegre, 60% se considera que es feo, poco inteligente y poco amigable. Además, el 60% cuando espera resultados piensa que perderá o nunca podrá ganar; el 48% afirma que hace las cosas por cumplir; el 60% no le gusta participar o sólo a veces quiere participar.
2. Se logró elaborar un programa educativo de actividades lúdicas basado en las teorías psicopedagógicas, de la autoestima y de los juegos; el que se dividió en dos talleres, cada una con sus actividades lúdicas, empleándose en total 11 diferentes.
3. Se observa que estudiantes han tenido escasas experiencias para interactuar sin estar sujetos a presiones o evaluaciones. El primer módulo aplicado conteniendo tres actividades diferenciadas permitió generar la confianza de manera paulatina. Al principio parecía que una confusión se hubiera apoderado de su conducta y los limitara para dialogar con un compañero elegido al azar.
4. La elaboración del programa educativo de juegos contribuye favorablemente en el desarrollo de la autoestima de estudiantes de sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N°10021, Colegio Nacional “San José”, mejorando los niveles de comunicación interpersonal, su participación en clase, su motivación en las tareas, su confianza y autonomía, favoreciendo el aprendizaje y el normal desenvolvimiento en su vida escolar, familiar y social.

RECOMENDACIONES

1. Las referencias y el modelo teórico del presente trabajo de investigación se constituyen en un marco de referencia para otras investigaciones afines. Es importante tenerlas en cuenta como fuente de información.
2. Se recomienda a los docentes de educación primaria aplicar la propuesta de la presente investigación para promover el desarrollo de la autoestima de sus estudiantes.
3. El programa aplicado como propuesta de la presente tesis contribuye a desarrollar la autoestima de estudiantes. Los módulos y las actividades pueden aplicarse de una manera fácil y práctica en las aulas.
4. Los recursos empleados en la propuesta son fáciles de obtener, por lo tanto, puede ser aplicado en cualquier lugar del territorio nacional.
5. La propuesta puede hacerse extensiva a fin de consolidar una buena autoestima en los educandos.
6. La propuesta también puede ser aplicada en el nivel inicial o el nivel secundaria.

BIBLIOGRAFÍA

1. American Psychological Association, (2010). *Publication manual of the American Psychological Association* (6ta ed.). Washington, DC: Autor.
2. Alcántara, J. (1993). *“Cómo educar la Autoestima”*. Barcelona, Grupo Editorial CEAC.
3. Branden, N. (1998). *“El poder de la autoestima”*. Argentina, 2da. Edición.
4. Branden, N.(1995). *“Los Seis Pilares de la Autoestima”*. Barcelona, Editorial Paidós Ibérica.
5. Coopersmith, S. (1959). *“Un método para determinar los tipos de autoestima”*.Revista de Psicología anormal y social, pp 59, 87-94.
6. Coppersmith, S. (1967). *“Los Antecedentes de la Autoestima”*.San Francisco, Estados Unidos de Norte América, Editorial Freeman y Company.
7. Despind, J.(1989). *“La música y el cerebro”*, Gedisa, Barcelona.
8. Dobbeleare, G. (1982). *“Pedagogía de la Expresión”*.Barcelona, Editorial Nova Terra.
9. Dinello, R. (1991). *“La expresión lúdico creativa”*.Uruguay, Nordan.
- 10.Egan, K.(1999). *“Fantasía e imaginación: su poder en la enseñanza”*. Madrid, Morata.
- 11.Epstein, S. (1994) *“Integración del inconsciente cognitivo y la psicodinámica”* Amer Psychol., 49, 709-724.
- 12.Freud, S.(1984). *“Psicoanálisis de la conducta”*.México, Alianza.
- 13.Gardner, H.(1987). *“Arte, mente y cerebro”*.Buenos Aires, Paidós.
- 14.Gardner, H. (1999). *“Inteligencia encuadrada: Inteligencias Múltiples para el siglo 21”*. Basic Books.

15. Gardner, H.(1987).“*Arte, mente y cerebro*”. Buenos Aires Paidós.
16. Glanzer, M.(2000).“*El juego en la niñez*”. Editorial Aique.
17. Goleman, D. (1996)“*Inteligencia Emocional*”, Barcelona, editorial Kairós.
18. Greenwald. E. (1996).“*Perspectivas psicológicas sobre el Yo*”.(Vol. 2, pp. 219-247). Hillsdale,
19. IPA: Asociación Internacional por el Derecho del Niño a Jugar,(1996). “*El juego: necesidad, arte y derecho*”.Bs.As. Argentina Editorial Bonum.
20. Jiménez, C.(1995).“*Fantasías y risas*”.Colombia, Editorial Olímpica.
21. Maslow, A. (1995).“*Motivación y personalidad*”. Madrid, Ediciones Díaz de Santos S.A.
22. Piaget, J.(1984).“*La representación del mundo en el niño*”. Madrid, Editorial Morata.
23. Rogers, C. (2000). “*El proceso de convertirse en persona: mi técnica terapéutica*”. Barcelona, Ediciones Paidós Ibérica.
24. Rogers, C. (1997)“*Psicoterapia centrada en el cliente*”. Barcelona, Ediciones Paidós Ibérica.
25. Rosenberg M. (1965). “*Sociedad y la autoestima de los adolescentes*”. Universidad de Princeton.
26. Rosenberg, M. (1986). “*Concepción del Yo*”. Florida,Krieger, Malabar.
27. Scheines, G.(1981).“*Juguetes y Jugadores*”. Buenos Aires, Editorial de Belgrano.
28. Scheines, G.(1998).“*Juegos inocentes, juegos terribles*”.Buenos Aires, Argentina.Editorial Eudeba.

29. Tomás, J. & Olíver, A. (2004). *“Análisis psicométrico confirmatorio de una medida multidimensional del autoconcepto en español”*. Interam J. Psychol.
30. Tonucci, F. (1989). *“Cómo ser niño”*. Argentina, Ediciones Rey.
31. Vázquez, A. & Jiménez, R. (2004). *“Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española”*. Apuntes de Psicología; 22: 247-55.
32. Vigotsky, L. (1989). *“El desarrollo de los procesos psicológicos superiores”*. Barcelona, Editorial Crítica.
33. Winnicott, D. (1992). *“Realidad y Juego”*. Barcelona, Gedisa Editora.

ANEXOS

TEST SOCIOMÉTRICO

Vamos a realizar un ejercicio sencillo con el fin de conocer tus preferencias personales. Durante los juegos que vamos a realizar es conveniente que se formen grupos con aquellos compañeros que mejor se entiendan entre sí porque tienen gustos o modos de ser parecidos. Las respuestas son absolutamente **secretas y confidenciales**.

Nombre y apellidos

Nº de orden

Edad

Fecha

ITEMS	RESPUESTAS
1. ¿Junto a qué compañeros del grupo te gustaría estar en clase por considerarles tus mejores amigos? (Máximo tres)	
2. ¿Junto a qué compañeros del grupo no te gustaría estar en clase por no considerarles tus mejores amigos? (Máximo tres).	
3. ¿Quiénes de tus compañeros crees que te elegirían?	
4. ¿Quiénes de tus compañeros crees que te rechazarían?	
5. ¿A qué compañeros elegirías para realizar una actividad de tipo recreativo: deportes, fiestas, excursión, juegos de video...?	
6. ¿A qué compañeros no elegirías para realizar una actividad de tipo recreativo: deportes, fiestas, excursión, juegos de video...?	
7. ¿A qué compañeros elegirías para realizar bien un trabajo de clase o actividad académica?	
8. ¿A qué compañeros no elegirías para realizar bien un trabajo de clase o actividad académica?	
9. ¿Quiénes crees que te elegirían para realizar bien un trabajo de clase o actividad académica?	

ESCALOGRAMA DE GUTTMAN (ITEMS)

Las preguntas que te realizamos a continuación son importantes para conocer algo más acerca de ti. Estamos seguros que serás sincero en tus respuestas. Recuerda que son confidenciales.

Nombre y apellidos

Nº de orden

Edad

Fecha

ITEM	RESPUESTA	
A) Te es fácil hablar ante la multitud de un mitin, por ejemplo.	SI	NO
B) Te es fácil hablar al frente durante las actuaciones de tu escuela.	SI	NO
C) Te es fácil hablar ante todos tus compañeros de aula.	SI	NO
D) Te es fácil hablar ante tus compañeros de grupo.	SI	NO
E) Te es fácil hablar ante otra persona.	SI	NO

ITEM	RESPUESTA	
A) Cuando terminas una tarea sientes que todo lo hiciste bien.	SI	NO
B) Cuando terminas una tarea sientes que casi todo lo hiciste bien.	SI	NO
C) Cuando terminas una tarea sientes que algo hiciste bien.	SI	NO
D) Cuando terminas una tarea sientes que casi nada lo hiciste bien.	SI	NO
E) Cuando terminas una tarea sientes que nada hiciste bien.	SI	NO



UNIVERSIDAD NACIONAL "PEDRO RUIZ GALLO"
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN



UNIDAD DE POSGRADO
UNIDAD DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

GUÍA DE ENTREVISTA

Entrevistado: _____

Entrevistador: _____ Fecha: _____

ITEM	RESPUESTA
1. ¿Cómo te sientes en tu hogar?, ¿Por qué?	
2. ¿Cómo te sientes en la escuela?, ¿Por qué?	
3. ¿Sientes que tus padres te valoran?, ¿Por qué?	
4. ¿Sientes tu profesor te valora?, ¿Por qué?	
5. ¿Crees que tu familia se siente orgullosa de ti? ¿En qué situaciones?	
6. ¿Es buena la relación con tus compañeros? ¿Por qué?	
7. ¿Con qué frecuencia participas en clase?, ¿Por qué?	
8. ¿Qué opinas de ti mismo?	
9. ¿Conoces las cualidades que tienes?	
10. ¿Te consideras inteligente y hábil?, ¿Por qué?	
11. ¿Te sientes más cómodo estando sólo o acompañado?	
12. Dime dos situaciones que te hayan hecho sentir importante.	



UNIVERSIDAD NACIONAL "PEDRO RUIZ GALLO"
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN



UNIDAD DE POSGRADO
UNIDAD DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ENCUESTA

Estimado alumno: a continuación te presentamos un listado de preguntas para conocerte mejor. Lee atentamente y marca según tu criterio.

ITEM	RESPUESTA
1. Generalmente al empezar un nuevo día ¿Cómo te sientes?	ALEGRE <input type="checkbox"/>
	TRISTE <input type="checkbox"/>
	ENOJADO <input type="checkbox"/>
2. Con relación a tu cuerpo y tu aspecto físico ¿Cómo te consideras?	ATRACTIVO <input type="checkbox"/>
	FEO <input type="checkbox"/>
	ESPANTOSO <input type="checkbox"/>
3. Con relación a la inteligencia ¿Qué opinas de ti mismo?	INTELIGENTE <input type="checkbox"/>
	POCO INTELIGENTE <input type="checkbox"/>
	NADA INTELIGENTE <input type="checkbox"/>
4. Respecto a la amistad ¿Cómo te consideras?	MUY AMIGABLE <input type="checkbox"/>
	POCO AMIGABLE <input type="checkbox"/>
	NADA AMIGABLE <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
5. En cuanto al amor ¿Cómo te sientes a menudo?	TE AMAN <input type="checkbox"/>
	TE ODIAN <input type="checkbox"/>
	SON INDIFERENTES <input type="checkbox"/>
6. Antes de emprender algo nuevo ¿Qué piensas sobre los resultados?	GANARÁS <input type="checkbox"/>
	PERDERÁS <input type="checkbox"/>
	NUNCA PUEDES GANAR <input type="checkbox"/>

<p>7. Si cometes un error ¿Qué sientes?</p>	<p>QUE PUEDES CORREGIR <input type="checkbox"/></p> <p>QUE SIRVES PARA NADA <input type="checkbox"/></p> <p>TODO LO HACES BIEN <input type="checkbox"/></p>
<p>8. Cuando te asignan una tarea ¿Cómo reaccionas al resolverla?</p>	<p>LO HACES POR CUMPLIR <input type="checkbox"/></p> <p>NO TE INTERESA <input type="checkbox"/></p> <p>HACES TU MEJOR ESFUERZO <input type="checkbox"/></p>
<p>9. ¿Te agrada participar en clase?</p>	<p>SIEMPRE <input type="checkbox"/></p> <p>A VECES <input type="checkbox"/></p> <p>NUNCA <input type="checkbox"/></p>
<p>10. Si no participas en clase ¿Cuál es el motivo?</p>	<p>SE BURLAN DE TI <input type="checkbox"/></p> <p>NO TE TOMAN IMPORTANCIA <input type="checkbox"/></p> <p>SIEMPRE PARTICIPO <input type="checkbox"/></p>

ACTIVIDADES LÚDICAS DEL TALLER N° 1

✚ ALGUIEN MUY ESPECIAL

Objetivo:

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

Materiales: ninguno

Procedimiento:

La moderadora introducirá la actividad comentando el hecho de que todas las personas somos importantes, cada uno tiene características que le hacen único, diferente y valioso. Los niños se distribuirán en parejas. Durante 5 minutos se anima a cada pareja a que cada miembro hable sobre sí mismo al otro, tanto como pueda (que hablen de cosas importantes para compartir). Transcurrido el tiempo, se reúnen todos en grupo y cada uno presenta a su compañero a los demás, contando lo que más le ha impresionado de lo que le ha contado. Se concluye la actividad reforzando el valor de cada uno, ofreciendo la oportunidad a cualquier alumno de comentar algo más sobre sí mismo.



✚ DIBUJOS COOPERATIVOS

Objetivo:

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

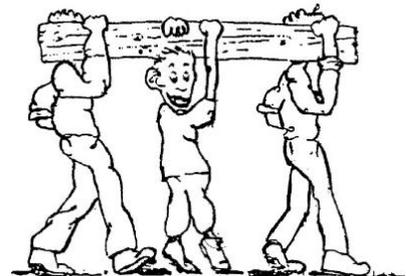
Materiales: marcadores, crayones, 4 pliegos de papel, masking tape.

Procedimiento:

Se organizará dos equipos de igual número de participantes, los cuales deberán colocarse en fila delante de un papelógrafo (uno por grupo) pegado en la pared. Luego se dará varios crayones y marcadores a cada grupo. Al dar una señal y sin que puedan hablar entre los participantes, han de realizar un dibujo colectivo, pero con la condición de que solo es posible realizar un trazo, una línea recta por persona. Cuando el primero del equipo hace su trazo en el papelógrafo se pasa al final de la fila y continúa el siguiente hasta que todo el grupo dé una o dos vueltas.

Paramos el juego y observamos todos juntos el resultado de nuestro trabajo. Quizás hayan salido cosas o imágenes sin sentido o quizás sean pequeñas obras de arte abstracto. La creatividad lo puede todo. A continuación, los equipos disponen de 3 minutos para organizarse y decidir qué van a dibujar en el próximo papelógrafo. Entonces repetirán la actividad con el funcionamiento anterior.

Finalmente podemos en grupo reflexionar acerca de los resultados antes y después de organizarnos, cómo nos hemos sentido personalmente y observar la capacidad creativa que podemos tener en grupo.



TU ÁRBOL

Objetivos:

- Hacer consciente a los niños de los recursos que poseen, así como de los logros que han conseguido.
- Desarrollar la confianza en sí mismo.

Materiales: crayones, hojas bond.

Procedimiento:

Se pide a los niños que dibujen en las hojas un gran árbol, con muchas ramas y raíces y un tronco fuerte. En el tronco deben escribir su nombre con letras grandes, en las raíces sus cualidades, habilidades (capacidad para hacer amigos, estudioso, simpático, divertido, etc.) después colocan en las ramas los logros más importantes que consideren han tenido hasta



ahora ej. Buenos amigos, buenas notas, saber leer, etc. Luego se reúnen en grupo y cada uno muestra a sus compañeros su árbol, comentando como sus logros están relacionados con sus habilidades. Se les puede sugerir que conserven su árbol y lo continúen ampliando o recoger esas hojas y al finalizar una sesión o actividad que amplíen su árbol.

ACTIVIDADES LÚDICAS DEL TALLER N° 2

✚ LO QUE MAS ME GUSTA DE MI

Objetivo:

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

Materiales: hojas de papel bond, lápices, borradores.

Procedimiento:

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



✚ MIS CUALIDADES

Objetivo:

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

Materiales: ninguno

Procedimiento:

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

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



LA JOYA

Objetivo:

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

Materiales:

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

Procedimiento:

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

INTERCAMBIO DE NOMBRE

Objetivo:

- Contribuir a que los estudiantes construyan su autoestima.

Materiales:

Tarjetas pequeñas de cartulina para que cada uno escriba su nombre y se lo coloque en un lugar visible de su cuerpo, Reproductor de Cd, CDs con música suave (instrumental, marimba, etc.)

Procedimiento:

Vamos a pedir los niños que caminen alrededor de la clase, colocando en las manos de los otros su nombre y una cualidad positiva. Por ejemplo: mi nombre es:.....

José y soy alegre, cuando todos hayan intercambiado sus nombres y dicho sus mejores cualidades, la moderadora leerá los nombres y ellos deberán reaccionar conforme a las cualidades que dijeron. Después de haber intercambiado los nombres y cualidades, se hará una reflexión sobre la importancia que tiene reforzar el valor que como seres humanos tenemos.

AUTORRETRATO

Objetivo:

- Ayudar a los estudiantes a desarrollar su autoestima a sentir que ellos y ellas son importantes.

Materiales:

Crayones, pedazos de tela, lana, hijos de diferentes colores, cartulina de diferentes colores, marcadores, papelógrafo, hojas de papel bond tamaño carta.

Procedimiento:

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

 **GRITANDO EL NOMBRE****Objetivo:**

- Construir la autoestima dando a los estudiantes una oportunidad para sentir aprecio y estimación.

Materiales: salón amplio, participantes.

Procedimiento:

El nombre que tiene cada persona sirve para identificarla. El nombre hace que seamos nosotros mismos diferentes de los demás, es el sonido más agradable que puede percibir un niño o una niña. Vamos a formar un círculo con una persona al centro, hay una persona que quiera colocarse en el centro? Nos inclinamos en el círculo con nuestras manos extendidas y todos al mismo tiempo diremos el nombre de la persona que está en el centro, primero quedito, después con más fuerza, luego, más fuerte, hasta gritarlo.

Nuestras manos van subiendo conforme vamos gritando el nombre hasta colocarlas arriba de nuestras cabezas. Después de colocar a un niño en el centro se invita a otro y así sucesivamente hasta que todos hayan pasado al centro y escuchado su nombre.

UN HOMENAJE

Objetivos:

- Recibir apoyo emocional de sus compañeros.
- Sentir la importancia del apoyo de los demás.

Materiales: ninguno

Procedimiento:

Todos los niños se dividen en dos filas bastante próximas entre si y mirándose la cara, de tal forma que quede un pequeño espacio entre ambas filas.

Uno por uno pasarán entre las dos filas, mientras el resto de niños les aplauden y animan. Posteriormente, se deja unos minutos para que todos los niños comenten en grupo cómo se han sentido.

VISUALIZACION

Materiales:

Salón amplio, música suave instrumental

Procedimiento:

Dar las instrucciones a los niños: vamos a sentarnos cómodamente, cerramos los ojos y cada uno de nosotros vamos a simular que somos una

oruga que acabamos de hacer un capullo, que estamos completamente encerrados por dentro, seguros apretados y en un espacio muy reducido no hay lugar a donde ir, nada que ver, no hay colores, no hay luz, pero... cada uno sabemos que estamos a salvo. Ahora hay un poco de aliento dentro de sí que nos hace pensar que allí hay más que ver y sentir que cuando estamos dentro de esta dura concha. Tenemos que tomar, un riesgo romperla o bien quedarnos adentro!. Estamos muy grandes, estamos encogidos y se nos dificulta respirar. Empujemos a los lados del capullo hasta el límite. Luego una rotura y es cuando vemos que un agujero comienza a abrirse. Se inunda de luz, es cuando comenzamos a ver colores, el azul del cielo, el verde de la grama y las montañas, el amarillo del sol, la blancura de las nubes llamándonos. Ahora en nuestro interior sabemos que nuestro lugar está afuera, con las flores, el cielo, las montañas, el sol. Si nos quedamos adentro moriremos. Extendamos las alas a lo ancho, de modo que al brisa las lleve, volemos. Nos hemos convertido exactamente en lo que queríamos ser, libres por unos minutos sintamos la libertad y el poder triunfar. Volemos hacia donde nos lleve el viento y los sueños.