



**ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS PARA EVALUAR Y FORTALECER LA  
AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO NOVENO DE LA  
INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO JORNADA DE  
LA MAÑANA CON LA FORMACION Y COORDINACION DE LA ESCUELA DE  
PADRES DE FAMILIA**



**JORGE LUIS MATTA O.  
EUSEBIO EDUARDO PABON.  
GUILLERMO GERMAN ROJAS B.**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO  
FACULTAD DE ARTES  
PEDAGOGÍA DE LA CREATIVIDAD  
SAN JUAN DE PASTO  
2006**

**ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS PARA EVALUAR Y FORTALECER LA  
AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO NOVENO DE LA  
INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO JORNADA DE  
LA MAÑANA CON LA FORMACION Y COORDINACION DE LA ESCUELA DE  
PADRES DE FAMILIA**

**JORGE LUIS MATTA.  
EUSEBIO EDUARDO PABON.  
GUILLERMO GERMAN ROJAS B.**

**Trabajo de investigación, presentado como requisito para optar el título de  
Especialista en Pedagogía de la Creatividad.**

**Asesor:  
ALBERTO MORALES  
Magíster**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO  
FACULTAD DE ARTES  
PEDAGOGÍA DE LA CREATIVIDAD  
SAN JUAN DE PASTO  
2006**

## **NOTA DE RESPONSABILIDAD**

**“Las ideas y conclusiones aportadas en la Tesis de grado, son  
responsabilidad exclusiva de su autor”**

**Artículo 1° del Acuerdo No. 324 de Octubre 11 de 1996, emanado del  
Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.**

NOTA DE ACEPTACIÓN

---

---

---

---

---

---

Firma del Presidente del Jurado

---

Firma del Jurado

---

Firma del Jurado

San Juan de Pasto, Octubre de 2006.

## CONTENIDO

	<b>Pág</b>
INTRODUCCION	17
1. TITULO	18
2. FORMULACION DEL PROBLEMA	19
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	20
4. JUSTIFICACIÓN	21
5. CONTEXTUALIZACION	23
5.1 MACROCONTEXTUALIZACION	23
5.1 MICROCONTEXTUALIZACION	23
6. OBJETIVOS	24
6.1 OBJETIVO GENERAL	24
6.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS	24
7. MARCO TEORICO	25
7.1 ANTECEDENTES TEST DE EDUCACION SOBRE AUTOESTIMA	25
7.2 QUE ES LA AUTOESTIMA	25
7.3 LA FAMILIA	26
7.4 LA AUTOESTIMA DESDE EL CAMPO DE LA SOCIOLOGIA	28
7.5 LA AUTOESTIMA DESDE EL CAMPO DE LA ANTROPOLOGIA	29
7.6 IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL CAMPO PSICOLÓGICO	29
7.6.1 Auto aceptación	29
7.6.2 Auto respeto	29
7.6.3 Autoestima	30
7.6.4 El Yo integral	30
7.7 DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA	31
7.8 BAJA AUTOESTIMA	31
7.8.1 Actitudes o posturas habituales que indican autoestima baja	32
7.9 CAUSAS Y EFECTOS DE LA BAJA AUTOESTIMA	32

7.9.1 Causas de la baja autoestima	32
7.9.2 Efectos de la baja autoestima	35
7.10 PEDAGOGIA EN LA EDUCACIÓN INICIAL Y LA CREATIVIDAD	36
7.10.1 Creatividad	38
7.10.2 Juego y creatividad	39
7.11 TEORIAS DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	41
7.12 FUNDAMENTO CONCEPTUAL	51
8 DISEÑO METODOLOGICO	53
8.1 LINEA DE INVESTIGACION	53
8.2 ENFOQUE	53
8.3 INVESTIGACION EVALUATIVA	53
8.4 HIPOTESIS	53
8.5 VARIABLES	53
8.6 POBLACION	53
8.7 TECNICAS DE RECOLECCION DE DATOS	53
8.7.1 Información primaria	53
8.7.2 Información secundaria	54
8.8 OBSERVACIÓN	54
8.9 ENTREVISTA	56
8.10 TEST	58
9. ANÁLISIS DE INTERPRETACIÓN DE DATOS	74
9.1 OBSERVACIÓN	74
9.2 ENTREVISTA	74
9.2.1 Aspecto familiar	74
9.2.2 Aspecto social	75
9.2.3 Aspecto cultural	75
9.3 TEST DE EDUCACIÓN SOBRE AUTOESTIMA	76
9.4 CAUSAS Y EFECTOS DE LA BAJA AUTOESTIMA	76
9.4.1 Causas	76
9.4.2 Consecuencias	77

10. OBJETIVO PEDAGÓGICO	78
11. RECOMENDACIONES	91
BIBLIOGRAFÍA	93
ANEXOS	96

## LISTA DE CUADROS

	<b>Pág</b>
Cuadro 1. Tabulación de la información.	72

## LISTA DE GRAFICAS

	<b>Pág</b>
Gráfica 1. ¿Cuándo tienes problemas, a quien pides ayuda?	61
Gráfica 2. ¿Cuándo tienes algún problema, te deprimas con facilidad?	61
Gráfica 3. ¿Cuándo estás en grupo, te cuesta tomar decisiones?	62
Gráfica 4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta. ¿Qué cambiarías?	63
Gráfica 5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?	64
Gráfica 6. ¿Qué haces cuando tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho?	64
Gráfica 7. ¿Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no?	65
Gráfica 8. Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?	66
Gráfica 9. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propones?	67
Gráfica 10. ¿Estás convencido de que el estudiante tiene valor?	68
Gráfica 11. ¿Te consideras una persona tímida?	69
Gráfica 12. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?	69
Gráfica 13. ¿Si pudieras cambiar algo de tu carácter, qué cambiarías?	69
Gráfica 14. ¿Algunas veces has sentido que nadie te quiere?	70
Gráfica 15. ¿Si en reuniones de estudio o grupo de trabajo, crees que tus ideas no se tienen en cuenta?	71
Gráfica 16. Resultado de estudiantes que presentan baja autoestima.	73

## LISTA DE FIGURAS

	<b>Pág</b>
Figura 1. Baja autoestima	31

## LISTA DE ANEXOS

	<b>Pág</b>
Anexo A. Formato de observación (Autoestima)	97
Anexo B. Preguntas de entrevista personal	99
Anexo C. Test de Educación sobre Autoestima.	100
Anexo D. Objetivo General Operacionalización de variables	103
Anexo E. Objetivo Específico Operacionalización de variables	104
Anexo F. Objetivo Específico Propuesta	105
Anexo G. Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.	106
Anexo H. Desarrollo del test de educación sobre autoestima	107
Anexo J. Orientación por parte de las psicólogas.	108
Anexo K. Participación activa de algunos estudiantes para afianzar su personalidad.	109
Anexo L. Problemas con baja autoestima	110
Anexo M. Diálogo con padres	111
Anexo N. Socialización sobre baja autoestima ante los docentes	112
Anexo P. Aportes de los docentes para fortalecer la autoestima	113

## GLOSARIO

**AMBITO:** Contorno de un espacio, espacio entre límites.

**ANTÍPODAS:** Personas distintas de otras.

**AUTOESTIMA:** Es lo que conocemos de nosotros mismos, lo que sabemos que tenemos de bueno o malo y como saberlo utilizar si no nos conocemos nosotros nunca conoceremos a los demás.

**BIOPSIICOSOCIAL:** Se define como los factores biológicos, psicológicos y sociales conforman un sistema único en cada ser humano formando una individualidad a manera de "huella digital" llamada "Personalidad"; que es la peculiar manera de pensar, sentir, actuar y comunicarse que tiene cada persona.

**COGNITIVO:** Conjunto de conceptos, ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento así como su organización.

**CREATIVIDAD:** proceso de presentar un problema a la mente con claridad (ya sea imaginándolo, visualizándolo, suponiéndolo, meditando, contemplando, etc.) y luego originar o inventar una idea, concepto, noción o esquema según líneas nuevas o no convencionales. Supone estudio y reflexión más que acción.

**ESTEREOTIPOS:** conjunto de creencias acerca de las características de las personas de un grupo determinado que es generalizado a casi todos los miembros del grupo.

**DEFASAJE:** Causas o síntomas que produce una enfermedad en el individuo.

**HOSTILIDAD:** Oposición, enemistad, antipatía.

**LUDICO:** lo que es relativo al juego.

**SUPERCRITICO:** a quién todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.

**TECNOCREATIVO:** creatividad a través de la tecnología.

**TERAPEUTICO:** conjunto de medios de cualquier clase, higiénicos, farmacológicos, quirúrgicos o físicos, cuya finalidad es la curación o el alivio de las enfermedades o síntomas, cuando se la llegado a un diagnóstico. Son sinónimos terapia, terapéutico, cura, método curativo.

**TERAPIA OCUPACIONAL:** Profesión que estudia el desempeño ocupacional humano a través de las características físicas, mentales, sociales y espirituales de la persona, vinculadas a ocupaciones de autocuidado , juego, escolaridad y trabajo, realizadas en un contexto físico, temporal y sociocultural.

**TEST:** pruebas o exámenes con ayuda de un cuestionario o escala que mide determinadas funciones, generalmente cognitivas.

## RESUMEN

El presente proyecto hace referencia a la evaluación de la autoestima en los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, la variable a evaluar es la baja autoestima, para lo cual se aplicó la entrevista, la observación y un test de Terapia Ocupacional.

En la entrevista se formuló algunas preguntas como: ¿Con quién vive?, ¿cómo es la relación en su hogar?, ¿la relación con los compañeros?, ¿con los docentes?, ¿cuando tiene problemas a quien acude? Se obtuvo como respuesta que la mayoría de adolescentes no tienen una buena relación con su familia, y cuando tienen problemas acuden a sus amigos o prefieren estar solos, en lugar de dialogar con sus padres.

La observación directa y continua de los estudiantes permitió conocer que ellos presentan baja autoestima determinando lo siguiente: bajo rendimiento escolar, son personas dependientes, su estado de ánimo es bajo, no se sienten a gusto con su apariencia física, son tímidos, agresivos, entre otros.

El test de educación de Terapia Ocupacional permitió evaluar el grado de baja autoestima con el que se identificó que los estudiantes tienen problemas familiares, problemas sociales, depresión y tendencia al suicidio.

Para tratar de dar solución a este problema se plantea una propuesta basada en talleres, dirigidos a los padres de familia y estudiantes que ayudará a fortalecer la autoestima; estructurando un programa que permitirá generar una mayor integración familiar, escolar y social; bajo la responsabilidad de un grupo interdisciplinario conformado por Psicólogos, Terapeuta Ocupacional y docentes encargados de orientar este evento.

## ABSTRACT

The present project makes reference to the evaluation of the self-esteem in the students of the degree ninth of the Institution Educational Municipal City of Grass, the variable to evaluate is the drop self-esteem, for that which you applies the interview, the observation and a test of Occupational Therapy.

In the interview it was formulated some questions as: With who does he/she live?, like the relationship is in its home?, the relationship with the partners?, with the educational ones?, when he/she has problems to who goes? It was obtained as answer that most of adolescents don't have a good relationship with their family, and when they have problems they go to their friends or they prefer to be alone, instead of dialoguing with their parents.

The direct and continuous observation of the students allowed to know that they present low self-esteem determining the following thing: under school yield, they are dependent people, their state of spirit is low, they don't feel to pleasure with its physical appearance, they are shy, aggressive, among others.

The test of education of Occupational Therapy allowed to evaluate the degree of low self-esteem with which you identifies that the students have family problems, social problems, depression and tendency to the suicide.

To try to give solution to this problem he/she thinks about a proposal based on shops, directed to the family parents and students that he/she will help to strengthen the self-esteem; structuring a program that it will allow to generate a bigger family, school and social integration; under the responsibility of an interdisciplinary group conformed by Psychologists, Occupational and educational Therapist in charge of guiding this event.

## INTRODUCCION

Según Damon y Hart<sup>1</sup> (1982, p 114), mencionados por Willard Spackman, definen la autoestima como la dimensión del auto concepto que incluye un sentido negativo o positivo del YO. La autoestima entendida como la capacidad de tener confianza y respeto por si mismo, se empieza a construir desde antes de nacer, en el deseo y amor de los padres; es en el núcleo familiar en donde se fortalece día a día, en el desarrollo de la confianza y el sentimiento de valía que transmiten los padres a los hijos.

En el presente trabajo se evalúa la autoestima en los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, a partir de la aplicación de un test de educación de Terapia Ocupacional.

Esta investigación se desarrollo, teniendo en cuenta que los estudiantes están en una etapa en la que se define su personalidad, la cual es importante para su autoestima y la constitución de una mejor calidad de vida.

En esta evaluación se busca responder a unos planteamientos como hipótesis: ¿Qué síntomas manifiestan las personas que sufren un desfasaje en su autoestima? ¿Cuáles son los factores que influyen en la persona que hace que exista este desfasaje? ¿Cómo ayudar a la persona que posee baja autoestima?

Siendo el núcleo familiar, en primera instancia el gestor de la autoestima del individuo, y confirmado el hecho de que los adolescentes no obtienen de los padres el afecto, confianza, comprensión ni el tiempo para ser escuchados; entonces, el grupo de investigación vio la necesidad de estructurar una propuesta para que los padres de familia de los estudiantes del grado noveno de la Institución educativa Municipal Ciudad de Pasto que presentan el problema, se involucren activamente en el proceso de fortalecimiento de la autoestima de sus hijos, participando en la conformación de la escuela de padres de familia junto al grupo interdisciplinario y los docentes.

---

<sup>1</sup> SPACKMAN, Williard. Terapia Ocupacional. Ed. Médica Panamericana. Pensilvania. 1982. 946 p.

## **1. TITULO**

ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS PARA EVALUAR Y FORTALECER LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO NOVENO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO JORNADA DE LA MAÑANA CON LA FORMACION Y COORDINACION DE LA ESCUELA DE PADRES DE FAMILIA

## **2. FORMULACION DEL PROBLEMA**

¿Cómo elaborar una propuesta pedagógica en coordinación con la Escuela de Padres de Familia a partir de la evaluación de la autoestima en los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, que contribuya al fortalecimiento de su desarrollo integral?

### 3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

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

Todos tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. En los adolescentes la baja autoestima presenta, sentimientos ocultos de dolor que suelen convertirse en enojo, y con el tiempo vuelven el enojo contra si mismos, dando así lugar a la depresión. Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: rechazo al estudio, odio, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, culpas, reacciones exageradas, hipersensibilidad, encontrar el lado negativo en situaciones positivas o sentirse impotentes y autodestructivos. Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicósomáticos.

Lo anterior conlleva a evaluar la autoestima en los estudiantes del Grado Noveno por medio de instrumentos como la observación, la entrevista y un test, a través de los cuales se detectará las causas y los efectos que producen la baja autoestima. Esto permitirá plantear una propuesta, con la participación activa y en coordinación con la Escuela de Padres de Familia, el grupo Interdisciplinario y los Docentes, que contribuya a elevar la baja autoestima y mejorar la calidad de vida de los adolescentes.

Para el desarrollo de este trabajo se tendrá en cuenta las siguientes preguntas orientadoras: ¿Cuáles son las características que determinan la baja autoestima?, ¿Causas y efectos que generan la baja autoestima?, ¿Que estrategia pedagógica será la pertinente para que el estudiante eleve la autoestima?

#### 4. JUSTIFICACIÓN

Asumiendo el papel de docentes comprometidos con el propósito de alcanzar una educación de calidad, como ha sido la historia de la Institución Educativa Ciudad de Pasto, abordamos el asunto de fortalecer la autoestima en estudiantes que presentan problemas para el normal desarrollo de su crecimiento físico, intelectual, emocional y vivencial en general.

Las características y cambios del comportamiento en algunos estudiantes, amerita un especial tratamiento, para tratar de encontrar una solución ha dicho problema y de esta manera lograr la excelencia académica, que es el reto institucional. Con la formación y coordinación de la Escuela de Padres de Familia, Grupo Interdisciplinario y Docentes, se implementará un programa con diferentes eventos en pro del fortalecimiento de la autoestima para mejorar el desarrollo integral del adolescente.

Una autoestima fortalecida es garante del éxito de los individuos, en cualquier campo de la vida humana.

Conviene hablar con claridad y decir que muchas familias presentan un cuadro de conductas, pautas, experiencias y modelos desfavorables para el crecimiento de la autoimagen positiva en nuestros alumnos. ¿A dónde, entonces, irán a parar tantos esfuerzos y tan cuidadosas estrategias encaminadas por nosotros a la educación anhelada si el ambiente familiar sofoca y esteriliza cuanto hemos nombrado? Hay padres con poca autoestima para sí mismos y esa actitud se transparenta de muchas maneras y llega hasta sus hijos, aún sin palabras. Y ya conocemos la importancia capital que tienen como modelos los padres. Se muestran inseguros, ansiosos, amenazados, desilusionados, autoritarios, sobreprotectores, etc. No dejan a sus hijos el poder tomar decisiones en cosas importantes para ellos, no les dan suficientes oportunidades para que sean responsables, temen sus sentimientos de independencia y autocontrol, no les adiestran en ciertas faenas domésticas que podrían hacer, les regalan cosas gratuitamente en exceso sin que sus hijos sientan que se las han merecido con su propio esfuerzo, martillean sus oídos con reprimendas: “eres desordenado”, “eres perezoso”, etc., proyectándoles una imagen negativa. Con frecuencia los padres, escuchan a sus hijos pero pasando de inmediato a aconsejarles, a darles la respuesta y la solución de su problema, bloqueando la valoración y la respuesta que debe surgir del propio hijo.

El tratamiento del caso exige el compromiso de los padres de familia, para que adopten mecanismos adecuados de trato para con sus hijos, y de esta manera coparticipen con la escuela en pro de que el estudiante se sienta un miembro

importante dentro de la familia y del colegio, por la forma en que se le escucha, se le consulta, se le responsabiliza, se valoran sus opiniones y aportaciones.

Consideremos:

Si los padres de familia como orientadores primarios de los estudiantes, no se comprometen con su desarrollo integral, éstos con su poca experiencia en la vida, tomarán rumbos equivocados, que podrían desencadenar problemáticas familiares y sociales de gran magnitud.

## **5. CONTEXTUALIZACION**

### **5.1 MACROCONTEXTUALIZACION**

El presente proyecto se realizó en el Municipio de Pasto, Departamento de Nariño, Colombia, en La Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, su ubicación geográfica es la siguiente:

Sur: Barrio Potrerillo  
Norte: La Minga, Chambú  
Oriente: Barrio Miraflores, Emilio Botero  
Occidente: Barrio La Rosa

### **5.2 MICROCONTEXTUALIZACION**

La investigación se llevara a cabo en el Colegio Ciudad de pasto, Jornada de la Mañana, sede central de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, específicamente en los grados novenos.

La planta física del colegio es de construcción moderna y cuenta con una zona administrativa, una sala de profesores, 39 salones de clase, laboratorio de física y química, un aula múltiple, teatro, cancha de fútbol, 5 canchas múltiples, 3 salas de sistemas y 3 cafeterías.

Las instalaciones del colegio atienden una población de 1845 estudiantes en la básica secundaria, de los cuales 275 estudiantes cursan el grado noveno.

El Colegio Ciudad de Pasto se localiza en el sector sur oriental de la Ciudad de Pasto. La zona de influencia esta conformada por los barrios: Chambú, La Minga, Miraflores, La Rosa, El Pilar y Emilio Botero, además del sector del mercado "El Potrerillo". Cabe anotar que la institución atiende a un gran número de estudiantes provenientes de varios sectores del municipio.

## **6. OBJETIVOS**

### **6.1 OBJETIVO GENERAL**

Aplicar técnicas de observación, entrevistas y un test de educación en Terapia Ocupacional para evaluar la autoestima de los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto jornada de la mañana, y estructurar un programa que permita superar la baja autoestima con la formación y coordinación de la Escuela de Padres de Familia.

### **6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Evaluar la autoestima a través de instrumentos como: observación, entrevistas, y un test a los estudiantes del grado noveno de la I.E.M.C.P. Jornada de la mañana.
- Analizar las causas y efectos de la baja autoestima en los estudiantes del grado noveno de la I.E.M.C.P.
- Estructurar un programa conducente a fortalecer la autoestima en coordinación con la Escuela de Padres de Familia.

## **7. MARCO TEORICO**

### **7.1 ANTECEDENTES TEST DE EDUCACION SOBRE AUTOESTIMA**

El test de educación sobre autoestima fue tomado de Terapia Ocupacional y reformado por la Terapeuta Ocupacional Bertha L. Maya<sup>2</sup>. El test contiene 15 preguntas que permite conocer cómo actúan los estudiantes, cuáles son sus fortalezas, sus aspectos positivos y cuáles son sus limitaciones. A partir de esta valoración, se decide qué aspectos se deben mejorar y cuáles se refuerzan, qué características se tienen que aceptar y con las que deben convivir, intentando sacar provecho y ver su aspecto positivo.

Este test ha sido aplicado a varias instituciones de educación como son: Escuela Normal Superior, Institución de Educación Media y Diversificada de Pasto, Escuela Piloto, Liceo La Merced Primaria, Escuela Integrada 5 y 6, entre otros, obteniendo resultados positivos para fortalecer la autoestima y rendimiento escolar tales como: responsabilidad, puntualidad, buena presentación, interés por el rendimiento escolar, personal, familiar y social

A continuación se define la autoestima en diferentes campos, desde el punto de vista familiar, sociológico, antropológico, psicológico, dimensiones de la autoestima, baja autoestima, actitudes que indican la baja autoestima, causas y efectos de la baja autoestima, pedagogía en la educación inicial y la creatividad.

### **7.2 ¿QUE ES LA AUTOESTIMA?**

Rodríguez Jorge, Meneses Guillermo y Argueta Danilo<sup>3</sup>, dicen que la autoestima “Es quererse, apreciarse, respetarse, estimarse y conocerse a sí mismo. También es reconocer nuestras limitaciones y valorar nuestras cualidades, lo cual nos dará confianza. Lo anterior permite protegernos y cuidarnos”.

Elkins<sup>4</sup>, afirma que un adecuado nivel de autoestima es la base de la salud mental y física del organismo. El concepto que tenemos de nuestras capacidades y nuestro potencial no se basa sólo en nuestra forma de ser, sino también en nuestras experiencias a lo largo de la vida. Lo que nos ha pasado, las relaciones

---

<sup>2</sup> MAYA, Bertha L. Test de Educación de Terapia Ocupacional de la Autoestima.

<sup>3</sup> RODRIGUEZ, Jorge, MENESES, Guillermo, ARGUETA, Danilo. Recuperación Psicosocial Mediante Expresiones Dinámico Creativas. Ed. Ministerio de Salud Pública Social. Guatemala. 1998. 11 Pp.

<sup>4</sup> ELKINS. Monografías. Com/autoestima 2. shtml.

que hemos tenido con los demás (familia, Institución, amigos, etc.), las sensaciones que hemos experimentado, todo influye en nuestro carácter y por tanto en la imagen que tenemos de nosotros mismos.

El mismo autor<sup>5</sup>, afirma que el auto concepto deriva de la comparación subjetiva que hacemos de nuestra persona frente a los demás, así como de lo que éstos nos dicen y de las conductas que dirigen hacia nosotros. También los éxitos y los fracasos personales influyen en nuestra forma de valorarnos.

Elkins<sup>6</sup>, asegura que una persona con baja autoestima suele ser alguien inseguro, que desconfía de las propias facultades y no quiere tomar decisiones por miedo a equivocarse. Además, necesita de la aprobación de los demás pues tiene muchos complejos. Suele tener una imagen distorsionada de si mismo, haciendo referencia a los rasgos físicos como de su valía personal o carácter. Todo esto le produce un sentimiento de inferioridad y timidez a la hora de relacionarse con otras personas. Le cuesta hacer amigos nuevos y está pendiente del qué dirán o pensarán sobre él, pues tiene un miedo excesivo al rechazo, a ser juzgado mal y a ser abandonado. La dependencia afectiva que posee es resultado de su necesidad de aprobación, ya que no se quiere lo suficiente como para valorarse positivamente.

El mismo autor<sup>7</sup> dice que otro problema que ocasiona el tenerlos infravalorados es la inhibición de la expresión de los sentimientos por miedo a no ser correspondidos. Si algo funciona mal en una relación de pareja o de amistad, la persona con falta de autoestima creerá que la culpa de esto es suya, malinterpretando en muchas ocasiones los hechos y la comunicación entre ambos. Se siente deprimido ante cualquier frustración, se hunde cuando fracasa en sus empeños y por eso evita hacer proyectos o los abandona a la primera dificultad importante o pequeño fracaso.

### **7.3 LA FAMILIA**

Elkins<sup>8</sup>, expresa que la autoestima, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar en el que estén y los estímulos que éste les brinde. En la violencia familiar las víctimas y los victimarios poseen muy baja autoestima, ya que por un lado, la víctima es alguien al que maltratan sin que ésta pueda poner límites y no se da cuenta de que está siendo abusada. Por otro lado, los

---

<sup>5</sup> Op. Cit., Monografías. Com/autoestima 2. shtml.

<sup>6</sup> [http://apuntes.rincondelvago.com/autoestima\\_4.html](http://apuntes.rincondelvago.com/autoestima_4.html).

<sup>7</sup> Op cit, Apuntes.rincondelvago.com/autoestima 4 html.

<sup>8</sup> <http://www.monografias.com/trabajos10/carso/carso.shtml> *Característica de la autoestima positiva*

victimarios compensan lo inferior que se sienten, maltratando y abusando, en este caso, de un familiar.

Muchas de las heridas emocionales que tiene una persona, producidas en su niñez pueden causarle trastornos psicológicos emocionales y físicos (cáncer, úlceras, hipertensión, trastornos cardíacos y alimentarios, problemas en la piel, depresiones, etc.), produciendo dificultades en la vida (conflictos serios en el estudio, disminución de la energía y de la capacidad creativa, relaciones matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, poco entendimiento con las hijas e hijos).

Existen padres, madres, docentes o cuidadores que humillan, desprecian, no prestan atención, se burlan o se ríen de los adolescentes cuando piden ayuda, sienten dolor, tienen un pequeño accidente, necesitan que lo defiendan, expresan miedo, piden compañía, se aferran buscando protección, tienen vergüenza, etc.

La persona afectada en su edad adulta, transmitirá la humillación o el maltrato a personas más pequeñas o vulnerables. Es una cadena hereditaria de abuso y poder, ya que el desprecio y la vergüenza vivida en la infancia son la fuente de los problemas que afectan en la vida adulta y los causantes de la baja autoestima. La principal imagen y más generalizada forma de violencia es el maltrato emocional. Hay muchas maneras para asustar a un niño y hacerlo sentir culpable e intimidado, sin recurrir a la violencia física. El niño o la niña se atormentan con pensamientos y sentimientos que no pueden comunicar ni compartir con nadie y aprenden a soportar el dolor en silencio.

La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según cómo se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro. Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos no siempre lo hacen intencionalmente, ya que ellos fueron educados del mismo modo. Cuando los padres quieren que sus hijos reaccionen como ellos desean, suelen adoptar actitudes como: impositivos, autoritarios, humillativos, agresivos, intolerantes y hacen alusión a la comparación,

#### **7.4 LA AUTOESTIMA DESDE EL CAMPO DE LA SOCIOLOGÍA**

Hopkins<sup>9</sup> expresa que la sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que a partir de la cultura de ésta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidos a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a ésta como modelo social. Las personas que tienen poca confianza de su capacidad dentro de la sociedad,

---

<sup>9</sup> HOPKINS, Roy, Adolescencia. Años de transición. Editorial Pirámide. Huizinga, J. Homo ludens. Alianza/Emecé. Buenos Aires.2001.

tienden a buscar roles sometidos y evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades.

Clark Clemens y Bean<sup>10</sup>, dicen que en nuestra sociedad el nivel de autoestima de un adolescente está en cierta medida, ligado a lo que hace para ganarse la vida. Por ejemplo: un hombre puede alcanzar una posición social elevada y tener, no obstante una baja autoestima. Puede tener conciencia de la importancia que tiene, pero aun así considerarse a sí mismo, un ser humano despreciable, indigno de respeto y del afecto de los demás. "Puede experimentar sentimientos crónicos de inferioridad porque no es bien parecido..." puede sentir que es físicamente débil o un cobarde, o puede considerarse condenado a causa de su identidad étnica.

Los criterios mediante los cuales, las personas, se evalúan a sí mismas son culturales. Algunos de estos criterios son: si eres gordo, flaco; lindo, feo; blanco, negro; rubio, moreno, o si tienes la capacidad para luchar, honestidad, capacidad para soportar el dolor, la astucia para ganar dinero, los modales, la capacidad para manipular a las demás personas, etc. Toda persona se ve a sí misma desde el punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que piense, influirá positiva o negativamente en la personalidad.

## **7.5 LA AUTOESTIMA DESDE EL CAMPO DE LA ANTROPOLOGÍA**

De acuerdo con Rogers y Kinget<sup>11</sup> la existencia de una escala de valores contradictoria en nuestra sociedad, en donde los varones son formados para desarrollar su independencia y libertad, mientras las mujeres viven para formar una familia y depender psicológica o económicamente del varón - desarrollando una autoestima baja dentro de estereotipos de género tradicionales, nos lleva a mirar la realidad desde una perspectiva de género. Los estereotipos tradicionales predominan en gran parte del mundo, lo que propende al desarrollo de la violencia familiar, estrés, depresión y baja autoestima que se transmite de una generación a otra. Por otro lado la alta mortalidad materna al momento de dar a luz es una arista que nos evidencia la problemática de salud de la mujer. La sexualidad también es un tema relevante, los tabúes impiden un mayor conocimiento del cuerpo, esto lleva a embarazos no deseados, sin dar relevancia a la Paternidad Responsable. Estos son problemas sociales vinculados a la pobreza estructural.

---

<sup>10</sup> CLARK, Clemens y BEAN. Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes, Ed. Debate.1996. 345 Pp.

<sup>11</sup> ROGERS, C. y Mariam KINGET. Psicoterapia y relaciones humanas. Ed. Alfaguara Tomo II. Madrid. 1971

## 7.6 IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL CAMPO PSICOLOGICO

Elkins<sup>12</sup> dice que, el modo en que nos sentimos con respecto a nosotros mismos afecta virtualmente en forma decisiva todos los aspectos de nuestra experiencia, desde la manera en que funcionamos en el estudio, trabajo, el amor o el sexo, y las posibilidades que tenemos de progresar en la vida. Nuestras respuestas ante los acontecimientos dependen de quién y qué pensamos que somos. Los dramas de la vida son los reflejos de la visión íntima que poseen ellos mismos. Por lo tanto, la autoestima es la clave del éxito o del fracaso.

También es la clave para comprenderse y comprender a los demás. Aparte de los problemas de origen biológico, no se conoce una sola dificultad psicológica desde la angustia y la depresión, el miedo a la intimidad o al éxito, el abuso del alcohol o de las drogas, el bajo rendimiento en el estudio o en el trabajo, hasta los malos tratos a las mujeres o la violación de menores, las disfunciones sexuales o la inmadurez emocional, pasando por el suicidio o los crímenes violentos que no se atribuye a una estima deficiente. De todos los juicios a que nos sometemos, ninguno es tan importante como el nuestro propio. La autoestima positiva es el requisito fundamental para una vida plena.

Elkins<sup>13</sup> menciona dentro del campo psicológico los siguientes aspectos:

**7.6.1 Auto aceptación.** "La actitud del individuo hacia sí mismo y el aprecio por su propio valer juega un papel de primer orden en el proceso creador".

La auto aceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. Sin auto aceptación la autoestima es imposible. Nos quedamos bloqueados en un hábito de conducta de autorrechazo, el crecimiento personal se ve reprimido y no podemos ser felices.

Aceptar, es experimentar la realidad de una manera completa, sin negarla ni evitarla. Es admitir y vivir como un hecho todas las partes que hay en mí. Aceptarme es ser capaz de sentir y decir: soy todas estas características; mi cuerpo, emociones, deseos, ideas, son partes de mí, independientemente de que algunas me gustarán y otras no. Fíjate: aceptarme no es necesariamente gustarme, sino reconocerme que soy como soy.

**7.6.2 Auto respeto.** El auto respetarse es atender, hacer caso a las propias necesidades para satisfacerlas, vivir según nuestros propios valores, y expresar nuestros sentimientos y emociones, sin hacernos daño ni culparnos. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo. Si me

---

<sup>12</sup> Elkins Op. Cit.

<sup>13</sup> Elkins. Op. Cit.

respeto, estoy al tanto de lo que deseo y necesito para estar bien, pero no sólo me doy cuenta, actúo para lograrlo.

**7.6.3 Autoestima.** Quien se quiere a sí mismo se conoce y se acepta tal como es, reconoce sus cualidades y sus limitaciones, todas las personas valen por sí mismas, no es necesario ser el o la mejor, lo importante es hacer el mejor esfuerzo y sentirse satisfecho con sus logros, la autoestima es la síntesis de todos los pasos anteriores, es el aprecio que se tiene cada uno, de su forma de pensar, actuar y sentir, ella permite reconocer las capacidades y confiar en sí mismos, las virtudes, defectos, emociones, sentimientos, necesidades, etc., es el equipo que tiene la persona para vivir y así como es debe aceptarse y quererse incondicionalmente.

**7.6.4 El Yo integral.** El ser biopsicosocial es el Yo integral, o sea la reunión de todas sus partes (la que se es y se tiene) que cargadas de energía salen o se manifiestan en las actuaciones.

El Yo Físico, que es el que más claramente se ve, es el organismo; necesita atención y cuidado para poder desarrollar sus capacidades y convertirlas en habilidades.

El Yo Psíquico, que es la parte interna, se divide en tres: lo emotivo, la mente y el espíritu.

La parte emotiva es la que lleva al hombre a conocerse; es a través de estados de ánimo, sentimientos y emociones, como se da cuenta que existe, y como decía un maestro "no es lo mismo tener un sentimiento en las manos que estar en las manos de un sentimiento"

La mente tiene todos los talentos; es necesario desarrollarlos y, más aún, estar conciente de ellos para poder manejarlos positivamente. Debe recordarse esto a las personas que dicen con frecuencia: "así soy yo"; "me enoja cuando las cosa no salen como yo quiero". En esas personas está funcionando sólo la parte emotiva; no usan sus talentos de la mente y menos utilizan las capacidades del espíritu; viven reaccionando a las grabaciones que tienen automáticamente, sin ver que cada situación que se presenta en la vida tiene diversas soluciones y no ven más opciones; podría decirse que escogen el camino erróneo.

El espíritu es el elemento que busca el significado de la vida, es el "YO profundo", el núcleo de identidad, la parte más interna y dinámica. Se manifiesta a través de lo que se quiere lograr y como quiere lograrse

El yo social: puede expresarse a través de los papeles que vive el individuo como hijo, hermano, amigo, padre, madre, vecino, alumno, maestro, etc. Al relacionarse

el hombre trasciende a través del yo social, pero no de la que él cree, sino de lo que en realidad es.

## 7.7 DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA

Alcantara<sup>14</sup> indica algunas dimensiones de la autoestima:

- El orgullo, es el sentimiento de haber realizado algo bien. En la autoestima existe una valoración global acerca de sí mismo y del comportamiento de su yo. Hay dimensiones de la misma:
- Dimensión física: La de sentirse atractivo.
- Dimensión Social: Sentimiento de sentirse aceptado y de pertenecer a un grupo, ya sea de trabajo, deporte, estudio, etc.
- Dimensión Afectiva: Auto percepción de diferentes características de la personalidad.
- Dimensión Académica: Enfrentar con éxito los estudios, carreras y la autovaloración de las capacidades intelectuales, inteligente, creativo, constante.
- Dimensión Ética: Es la autorrealización de los valores y normas.

## 7.8 BAJA AUTOESTIMA

Figura 1. Baja autoestima



Elkinns<sup>15</sup> dice que una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de ésta, que la alientan o la denigran. Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación

---

<sup>14</sup> ALCANTARA, José A. : "Como Educar La Autoestima" Edit. CEAC. S.A. España. 1993.

<sup>15</sup> *Ibíd.*

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

### **7.8.1 Actitudes o posturas habituales que indican Autoestima Baja**

- Autocrítica dura y excesiva que lo mantiene en un estado de insatisfacción consigo misma.
- Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente exageradamente atacada/o, herida/o; hecha la culpa de los fracasos a los demás o a la situación; cultiva resentimientos tercos contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir NO, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del peticionario.
- Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer "perfectamente" todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.
- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia, propia del supercrítico a quién todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.
- Tendencias defensivas, un negativo generalizado todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

## **7.9 CAUSAS Y EFECTOS DE LA BAJA AUTOESTIMA**

**7.9.1 Causas de la baja autoestima.** El desarrollo de la autoestima empieza desde la infancia.

Laies y Godbeter<sup>16</sup>, afirman que el afecto es la base para cualquier aprendizaje. La familia, cumple un rol importantísimo en el proceso de formación de la personalidad. Es en este núcleo, en donde el niño aprende sus primeras normas, a manifestar sentimientos y emociones. Si el niño no aprende a partir de su familia a comportarse socialmente, luego tendrá actitudes violentas, siendo éstas no sólo las extremas, que lo podrán llevar a ser juzgado como ciudadano, sino también las pequeñas agresiones que rompen la armonía de un grupo y posiblemente, en consecuencia, de la propia familia que formará en un futuro.

La familia, principalmente los padres definen el mundo para el niño y sirve de modelo para sus actividades y conductas, de esto depende que un niño sea agresivo o tranquilo, flexible o bastante rígido en su pensamiento, amistoso o inamistoso con los extraños, que se plante con seguridad o duda frente a nuevas situaciones, su manera de defenderse, su capacidad de amar y de darse, su manera de abordar ciertas situaciones.

Cuando en el ámbito familiar se presenta la violencia de los padres, biológicos o adoptivos, hacia los niños; el abuso sexual por parte de algún familiar, la indiferencia de los padres hacia los problemas y situaciones por las que está atravesando el niño.

Otra de las causas del maltrato infantil es que los padres de las víctimas de la violencia fueron una vez ellos mismos víctimas en su infancia.

Es también probable que adicciones tales como el alcoholismo y la drogadicción sufridas por algún miembro de la familia los convierte en victimarios de los niños de su entorno.

Lo anterior provoca futuras consecuencias en el desarrollo de las personas y deja secuelas en la evolución de la personalidad constituyendo graves trastornos psicológicos en el período de configuración de la personalidad.

Caballero<sup>17</sup>. Dice que la baja autoestima puede también desarrollarse en la adolescencia, que es la etapa donde las personas aprenden a conocerse mejor, están atentos a sus propios cambios, nueva conducta y piensan que los demás también lo están, importándoles en grado extremo lo que los demás opinan de ellos. Piensan que sus emociones son únicas y se sienten realmente especiales, invulnerables a cualquier tipo de norma e incluso a la ley natural, por eso, a veces emprenden acciones demasiado arriesgadas ya que creen que no les sucederá nada

---

<sup>16</sup>LAIES, Gustavo. Godbeter. Ciencias Sociales y Educación Cívica Hacia la Organización Social. Ed. Estrada. Buenos Aires. 1995. 389 P.

<sup>17</sup><http://www.psicologiacientifica.com/publicaciones/biblioteca/articulos/ar-caballero01.htm>.

La adolescencia es una etapa de cambio que conlleva la búsqueda de una nueva identidad en la que se integran los cambios corporales y físicos con las nuevas sensaciones y sentimientos.

Preguntas como ¿Quién soy? ¿Qué quiero hacer? ¿Hacia dónde va mi vida?, son consecuencia de esta nueva búsqueda sobre sí mismo y de sus nuevas capacidades cognitivas que les brinda las posibilidades de planificar y realizar conjeturas sobre su propia vida.

El mismo autor<sup>18</sup> asegura que los adolescentes al sentirse incomprendidos manifiestan conductas negativas o claramente antisociales (hurtos, agresividad, consumo de alcohol y drogas), suelen tener retraimiento social, trastornos en el estado de ánimo, falta de alegría y desinterés por cosas que antes le atraían.

Los síntomas en un adolescente deprimido son físico-emocionales asociados con la ansiedad, el insomnio, pérdida y aumento de peso, nerviosismo, retraimiento, cefaleas, cansancio, ideas de autoeliminación.

La depresión puede ser una respuesta transitoria a muchas situaciones y factores de estrés. Este estado es común en los adolescentes, como consecuencia del proceso normal de maduración.

También puede ser una reacción a un suceso perturbador, como la muerte de un amigo o pariente, la ruptura con la novia o novio o el fracaso en la escuela. Los adolescentes que presentan baja autoestima, que son muy autocríticos o que perciben poco sentido de control sobre los eventos negativos presentan un riesgo particular de deprimirse cuando experimentan eventos generadores de estrés.

A menudo es difícil diagnosticar la verdadera depresión en adolescentes debido a que su comportamiento normal se caracteriza por variaciones del estado de ánimo, con períodos alternos de "el mundo es un sitio maravilloso" y "la vida apesta". Estos estados de ánimo pueden alternar en períodos de horas o días.

Por otra parte, la depresión influye en el rendimiento escolar inestable, las relaciones caóticas con familiares y amigos, el abuso de sustancias y otros comportamientos negativos pueden indicar un episodio depresivo serio. Estos síntomas pueden ser fáciles de reconocer pero la depresión en los adolescentes, con frecuencia, se manifiesta de formas muy diferentes a estos síntomas clásicos.

El exceso en el dormir, cambio en los hábitos alimenticios, incluso la conducta delictiva (como el hurto) pueden ser signos de depresión. Otro síntoma común de la depresión adolescente es una obsesión con la muerte, que puede tomar la

---

<sup>18</sup> CABALLERO Op cit.

forma ya sea de pensamientos suicidas o temores acerca de la muerte y del mismo hecho de morir.

Las niñas adolescentes presentan el doble de posibilidades de experimentar depresión que los niños. Entre los factores de riesgo se encuentran eventos de la vida generadores de estrés, en particular la pérdida de un padre por muerte o por divorcio, maltrato infantil tanto físico como sexual, atención inestable, falta de habilidades sociales, enfermedad crónica y antecedentes familiares de depresión. La depresión también está asociada con trastornos en la alimentación, particularmente bulimia.

**7.9.2 Efectos de la Baja Autoestima.** Caballero<sup>19</sup>, menciona los siguientes efectos o consecuencias de la baja autoestima:

- Estado de ánimo depresivo.
- Mal genio e irritabilidad.
- Pérdida del interés en las actividades, apatía
- Disminución del placer por las actividades diarias
- Incapacidad de disfrutar de actividades que solían ser placenteras
- Cambios en el apetito, por lo general pérdida del apetito pero a veces aumento del mismo
- Cambios de peso (aumento de peso o pérdida de peso involuntaria)
- Dificultad para conciliar el sueño o para permanecer dormido (insomnio) persistentes
- Somnolencia diurna excesiva
- Fatiga
- Dificultades para concentrarse
- Dificultad para tomar decisiones
- Episodios de pérdida de la memoria (amnesia)
- Preocupación por sí mismo
- Sentimientos de minusvalía, tristeza o desprecio hacia sí mismo
- Sentimientos de culpabilidad excesivos o inapropiados
- Comportamiento inadecuado (incumplimiento de toques de queda, actitud desafiante poco común)
- Pensamientos sobre suicidio o miedos o preocupaciones obsesivos sobre la muerte
- Planes para cometer suicidio o intentos reales de suicidio
- Patrón de comportamiento exageradamente irresponsable.

---

<sup>19</sup> CABALLERO. Op. Cit.,.

## 7.10 PEDAGOGIA EN LA EDUCACIÓN INICIAL Y LA CREATIVIDAD

Según Rogers<sup>20</sup>, hoy día se habla en los ámbitos educativos de apelar a la creatividad como el camino acorde para favorecer el aprendizaje. Pero mucho se habla y poco se hace, y ¿en realidad que es lo que se sabe de ella?

Si optamos por trabajar a partir de la creatividad primero es necesario definirla para poder entender de qué estamos hablando.

“El maestro creativo estimulará a los niños para que investiguen, descubran y experimenten, recompensándoles y alimentando su creatividad e inventiva espontáneas”.

El niño y el adolescente desde sus primeros contactos con el mundo se interrogan por todo, por su entorno, por las cosas y los sujetos que lo rodean. Por esta curiosidad aparece una actitud de búsqueda y de descubrimiento por lo que sucede, por lo fenoménico.

El niño especialmente en la etapa de la educación inicial aprende a través del juego. El descubrimiento es el medio, la participación el método, y los conocimientos los objetivos de búsqueda.

Aprenden interactuando con las cosas, con otros niños, adolescentes y adultos, y así van construyendo un auto representación del mundo, pero en este camino de interrogación y respuestas también se enfrentan al mundo. Este conocimiento esta íntimamente vinculado con la vida, en esta aprehensión y comprensión surge la posibilidad de creación.

Un educador creativo, es aquel que motiva al adolescente a poner en juego todo tipo de indagaciones, lo escucha activamente, se constituye en guía, en la persona que lo acompaña y lo alienta en su curiosidad y descubrimientos.

El educador creativo debe ante todo respetar a la infancia y su necesidad lúdica como medio de acercarse al mundo. También alentar e incentivar a sus alumnos a pensar creativamente, a experimentar, a explorar, a ensayar, a formular hipótesis, a realizar constataciones y contrastaciones entre lo que se supone y lo que la realidad le muestra que es; a indagar buscando nuevas respuestas o soluciones a los problemas planteados, de esta manera el adolescente arribara a conocimientos altamente significativos y el pensamiento operará enriqueciendo sus estructuras orientándolo a un nivel de mayor complejidad en cuanto a operaciones mentales y enriquecimiento de la inteligencia creadora. Por otro lado, el docente debe ser un investigador permanente de la vida de sus estudiantes,

---

<sup>20</sup> Rogers, Carl. Libertad y Creatividad en la Educación: Edit. Paidós. España. 1991

conocer el desarrollo de cada etapa evolutiva en su aspecto fisiológico, social y cultural, un docente conciente de que el mundo es una unidad, donde el aprendizaje y la enseñanza son parte del cosmos y no compartimentos estancos, donde el todo tiene un movimiento espiralado y dinámico.

Hay que tener en cuenta que el niño pasa de un pensamiento altamente egocéntrico, intuitivo y concreto a otro más descentralizado, analítico y abstracto; este proceso no se da de manera inmediata, ni espontánea sino que corresponde a una génesis, a una evolución, para avanzar a la siguiente etapa de la adolescencia.

Para enseñar a investigar a los más pequeños se recurre al planteamiento de preguntas, a la búsqueda de respuestas, lo fundamental es saber escuchar y mirar a los niños. Asimismo es importante que los infantes aprendan a escuchar y mirar a los otros, así su pensamiento e inteligencia avanzan en un proceso evolutivo donde la creatividad es la fuente de la vida compartida.

Si bien la habilidad para aprender a utilizar el modo de investigación difiere en cada edad, el educador es el encargado de formular los objetivos adecuados. A la capacidad evolutiva de cada estudiante y guiar la investigación.

Cuando este modo de aprender se valora como una estrategia didáctica, conduce al estudiante a hacer deducciones correctas sobre los fenómenos. El niño suficientemente motivado descubre por sí mismo las generalizaciones o deducciones contenidas en el tema presentado, como resultado de su propio razonamiento y manipulación de hechos básicos. Los niños realizan aprendizajes verdaderamente significativos cuando tienen la posibilidad de participar activamente en la situación enseñanza aprendizaje. Por medio de la participación activa experimentan la emoción del descubrimiento y el placer de solucionar los problemas por propia iniciativa.

Por otro lado, siempre que orientemos la labor educativa al desarrollo de la creatividad debemos tener en cuenta que la creación es una vivencia única, personal (sale de dentro), que tiende naturalmente a comunicarse a través de un producto. Este producto es una elaboración del sujeto y puede ser un objeto, un juego, un conocimiento, etc. es el punto de llegada del proceso creativo.

Por todo lo expresado es necesario que la actividad docente se aborde desde una metodología creativa, por ello tomamos las ideas y palabras expresadas como una de las formas más adecuadas para una labor pedagógica dedicada a la infancia y la adolescencia "La metodología tecnocreática se sitúa en las antípodas de la enseñanza informativa, reproductora de lo establecido, de la cultura y formas predominantes. Los fundamentos básicos de la tecnocreática son la libertad e iniciativa personal y grupal, la experimentación lúdica continua, la información

amplia y contrastada con la práctica, la espontaneidad desinhibida y liberada de miedos y prejuicios, la rotura trasgresora de normas, moldes y formas preestablecidas, etc.

La tecnocreática requiere y estimula un ambiente permisivo y liberador, innovador y rico, apreciador y encauzador de lo nuevo, lo loco, lo absurdo y lo imposible, lo irracional y lo fantástico, pues lo racional y convencional, lo rutinario y controlado, lo posible y lo real ya es conocido.”

**7.10.1 Creatividad.** Dinello<sup>21</sup>, afirma que la creatividad es la cualidad del ser humano que le permite generar nuevos universos, ampliando el mundo de lo posible. Esta conlleva a transformar y transformarse para vivir momentos únicos, gratificantes, reveladores, vitales, que contribuyen a la construcción de una existencia plena.

Todos somos seres creativos, salvo aquellas personas que poseen impedimentos biológicos y físicos que lo imposibilitan. Todos podemos, somos potencialmente creativos, sólo hay que encontrar el espacio que posibilite este desarrollo; otorgando la oportunidad para operar con el pensamiento divergente y convergente, ambos característicos del proceso creador.

El pensamiento divergente aquel que se desarrolla con la creatividad. Se lo ubica en el hemisferio derecho del cerebro, es el encargado de controlar el lado izquierdo del cuerpo humano. Se caracteriza por:

- Ser intuitivo, espontáneo, emotivo, espiritual, fantasioso.
- La variedad de respuestas, aceptables y válidas.
- Recurre a la imaginación como fuente de ideación.
- Libre expresión, fluencia y apertura.
- Realiza múltiples conexiones y analogías. Acontece lo insólito, lo nuevo, lo desconocido, lo original.
- No necesita apelar a los datos de la memoria

El pensamiento convergente como es aquel que produce una respuesta ligada a la cultura y la ciencia. Se lo ubica en el hemisferio izquierdo del cerebro, es el encargado de controlar la parte derecha del cuerpo humano. Sus características son:

- Es organizado, conservador, planificador, lógico, analista, detallista.
- Recurre ineludiblemente a la memoria

---

<sup>21</sup> DINELLO, R. La expresión lúdica creativa. Nordan. Uruguay 1991. Egan, K., Fantasía e imaginación: su poder en la enseñanza, Morata, Madrid, 1999.

- Respuestas concretas y precisas.
- No media necesariamente la imaginación.
- Convencional, estatuido.

Cada tipo de pensamiento con sus características particulares son fundamentales a la hora de desarrollar la creatividad de manera armónica y dinámica. Tanto uno como el otro constituyen los motores que ponen marcha el proceso creativo, y por ende, las infinitas posibilidades de aprendizaje.

“La creatividad empieza en la mente y es impulsada por una fuerza irresistible que exige la expresión.”

No se crea algo de la nada, cuando nos disponemos a sumergirnos en el proceso creativo o sea, a crear, contamos con la experiencia, la imaginación, la curiosidad, el reservorio de conocimientos adquiridos, con determinadas capacidades y habilidades; una vez que el proceso ha arribado al producto lo vehiculizamos por medio de la expresión y sus múltiples lenguajes .

Actuar en ámbitos que potencien la creatividad es conducirse por caminos que ponen en juego el logro de aprendizajes significativos y perdurables; lo fundamental es la manera en que se lleva a cabo el proceso creativo tanto como el producto que se logra, porque este último es consecuencia de aquel.

“El producto es como una gema, el proceso es la esencia de la vida misma. Vivir creativamente es vivir en plenitud; es avanzar hacia la realización como persona”.

**7.10.2 Juego y creatividad.** Bianchi<sup>22</sup>, dice que “El juego es la estrategia más adecuada y real para promover el desarrollo de las capacidades creativas del niño y del adolescente”

El juego es la actividad primigenia del ser humano, donde encontramos el origen de la fantasía y la creación. Sólo en la medida que el hombre juega puede crear, por medio de este acto desarrolla todo su potencial creativo, siendo su carácter esencial la libertad, en esta libertad reside el modo de ser del juego.

Los adolescentes por medio de la actividad creadora impulsan actitudes vitales que los orientan hacia una vida productiva y placentera para sí y para los otros. El juego les concede la libertad para hacer y deshacer, para crear y recrear un mundo posible, donde se conjuga imaginación, fantasía, pensamiento y acción. Por el juego el niño y adolescente ingresa en el mundo simbólico, donde crecerá

---

<sup>22</sup> BIANCHI de ZIZZIAS, Elia Ana. Estrategias lúdicas para la Alfabetización. Procesadora pedagógica Beatriz CABA.

todo su potencial de abstracción, pero también lo conectará consigo mismo favoreciendo la formación de una filosofía personal, asimismo con generaciones, costumbres que hacen a su acerbo familiar y socio-cultural, a través del cual aprenderá su relación con la ética y los valores.

En la cotidianeidad de la actividad lúdica los adolescentes organizan: el espacio de juego, eligen los compañeros, los circuitos de juego, las variantes de juego, elaboran y eligen objetos lúdicos. Por medio de dicha actividad se acercan al conocimiento del mundo que los rodea, porque en él ensayan, experimentan, elaboran hipótesis, arriban a resultados y soluciones de problemas, critican, se convierten en juez y parte, construyen su autonomía tomando conciencia de sí mismo y de los otros que lo rodean, tanto pares como adultos.

Por otro lado, el juego contiene factores que indican el desarrollo de la creatividad: originalidad, fluidez, flexibilidad, inventiva, elaboración, apertura mental, sensibilidad ante los problemas, entre otros.

La originalidad es uno de los rasgos característicos de la creatividad, y se basa en lo único, irrepetible. Los adolescentes son expertos en la originalidad, ya que ellos se atreven, son arriesgados y decididos para crear situaciones de juego nuevas, innovadoras.

Muchas veces se practican los llamados juegos tradicionales, por medio de los cuales recrean situaciones legadas de generación en generación, en estos casos la originalidad radica en que aplican un sello personal consecuencia de factores socio históricos.

Fluidez: los adolescentes son capaces de dar gran cantidad de respuestas o soluciones a problemas planteados, sus ideas van y vienen como en torrentes de aguas cristalinas. Debido a que ellos son curiosos, exploran y ensayan las hipótesis que se plantean es que su pensamiento es móvil y pueden dar varias respuestas a un tema o juego.

Flexibilidad: En las acciones de ensayo y experimentación que realizan se evidencia una gran ductilidad para proponer alternativas a situaciones problemáticas; no se estancan en una idea, operan contrariamente a la rigidez. Prueban una y otra vez en busca de un mejor resultado.

Inventiva y elaboración: Aparecen las ideas y se ponen en acción, opera todo el ser en ello: mente, cuerpo, emociones, sentimientos. Inventar permite generar ideas, imágenes a nivel abstracto, mental, espiritual y cuando eso se plasma en el mundo de lo concreto vamos a la elaboración, a la obtención de un producto, este refleja ese cosmos que circula dentro de del SER. Por medio de la elaboración se

comunican las ideas e imágenes internas para que el exterior las observe, las conozca, las disfrute y comparta.

La apertura mental : Es una condición que va desarrollando el ser humano de manera paulatina ¿cómo? cuando abre su corazón y su mente e inteligencia hacia el exterior, cuando observa, mira, ve, y descubre lo que encierran las cosas en su esencia e interior. Abrir la mente es desplegarse al mundo para aprender y crecer como ser humano, desde un punto de vista personal (hacia el interior) y desde un punto de vista social y cultural (en comunión o mejor dicho en común-uniión). En el juego esto es una condición que se despliega de manera dinámica, a través del juego muestran la materialización de su espíritu, también develan como se conforma su mundo social y cultural, como piensan y actúan a través de sus sentimientos de rivalidad, compañerismo, superioridad, adaptación. Por medio de él van conformando una filosofía personal, integrada a la ética social y los valores culturales.

Sensibilidad ante los problemas: la apertura mental también enseña a detectar los problemas, uno o varios, o mejor dicho ver desde diferentes puntos la vida la realidad. Tratar de desentrañar las cuestiones que acompañan el cosmos vital. Cuando el ser humano se enriquece espiritualmente desde una visión creativa aprende a ver, a sentir y hacer cosas de manera diferente, se podría decir que en la creatividad se poetiza la vida, se hacen las mismas cosas pero de manera diferente, extracotidianamente, se rompen esquemas, estereotipos para trascender.

### **7.11 TEORIAS DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO**

Ausubel<sup>23</sup>, psicólogo de la educación estadounidense, creador de la teoría del aprendizaje significativo, afirma que dicha teoría responde a una concepción cognitiva del aprendizaje, según la cual éste tiene lugar cuando las personas interactúan con su entorno tratando de dar sentido al mundo que perciben.

El autor mencionado plantea que el aprendizaje del alumno depende de la estructura cognitiva previa que se relaciona con la nueva información, debe entenderse por "estructura cognitiva", al conjunto de conceptos, ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento, así como su organización.

En el proceso de orientación del aprendizaje, es de vital importancia conocer la estructura cognitiva del alumno; no sólo se trata de saber la cantidad de información que posee, sino cuales son los conceptos y proposiciones que maneja así como de su grado de estabilidad. Los principios de aprendizaje propuestos por

---

<sup>23</sup> AUSBEL, David Paul. Teorías del Aprendizaje Significativo. 2ª e. Ed. Trillas. México. 1978. p. 198.

Ausubel, ofrecen el marco para el diseño de herramientas metacognitivas que permiten conocer la organización de la estructura cognitiva del educando, lo cual permitirá una mejor orientación de la labor educativa, ésta ya no se verá como una labor que deba desarrollarse con "mentes en blanco" o que el aprendizaje de los alumnos comience de "cero", pues no es así, sino que, los educandos tienen una serie de experiencias y conocimientos que afectan su aprendizaje y pueden ser aprovechados para su beneficio.

Este mismo autor, resume este hecho en el epígrafe de su obra de la siguiente manera: "Si tuviese que reducir toda la psicología educativa a un solo principio, enunciaría este: El factor más importante que influye en el aprendizaje es lo que el alumno ya sabe. Averígüese esto y enséñese consecuentemente".

Además Ausubel afirma que durante mucho tiempo se consideró que el aprendizaje era sinónimo de cambio de conducta, esto, porque dominó una perspectiva conductista de la labor educativa; sin embargo, se puede afirmar con certeza que el aprendizaje humano va más allá de un simple cambio de conducta, conduce a un cambio en el significado de la experiencia.

La experiencia humana no solo implica pensamiento, sino también afectividad y únicamente cuando se consideran en conjunto se capacita al individuo para enriquecer el significado de su experiencia.

Para entender la labor educativa, es necesario tener en consideración otros tres elementos del proceso educativo: los profesores y su manera de enseñar; la estructura de los conocimientos que conforman el currículo y el modo en que éste se produce y el entramado social en el que se desarrolla el proceso educativo.

Además diferencia tres categorías de aprendizaje significativo: representativa o de representaciones, conceptual o de conceptos y proposicional o de proposiciones. La primera supone el aprendizaje del significado de los símbolos o de las palabras como representación simbólica. La segunda permite reconocer las características o atributos de un concepto determinado, así como las constantes en hechos u objetos. La tercera implica aprender el significado que está más allá de la suma de los significados de las palabras o conceptos que componen la proposición. Estas tres categorías están relacionadas de forma jerárquica, como puede deducirse fácilmente de su diferente grado de complejidad: primero es necesario poseer un conocimiento representativo, es decir, saber qué significan determinados símbolos o palabras para poder abordar la comprensión de un concepto, que es, a su vez, requisito previo al servicio del aprendizaje proposicional, en el que se generan nuevos significados a través de la relación entre conceptos, símbolos y palabras. Ausubel<sup>24</sup>, sostiene que la mayoría de los niños en edad escolar ya han desarrollado un conjunto de conceptos que permiten el aprendizaje significativo.

---

<sup>24</sup> Op. Cit., Teorías del Aprendizaje Significativo. p. 214.

Tomando ese hecho como punto de partida, se llega a la adquisición de nuevos conceptos a través de la asimilación, la diferenciación progresiva y la reconciliación integradora de los mismos. Los requisitos u organizadores previos son aquellos materiales introductorios que actúan como “puentes cognitivos” entre lo que el alumno ya sabe y lo que aún necesita saber.

Como también propone considerar la psicología educativa como elemento fundamental en la elaboración de los programas de estudio, ofreciendo aproximaciones prácticas al profesorado acerca de cómo aplicar los conocimientos que aporta su teoría del aprendizaje a la enseñanza. No es extraño, por tanto, que su influencia haya trascendido el mero aspecto teórico y forme parte, de la mano de sus aportaciones y las de sus discípulos, de la práctica educativa moderna.

Como complemento de lo anterior Piaget<sup>25</sup>, dice que básicamente el docente debe ser un guía y orientador del proceso de enseñanza y aprendizaje, él por su formación y experiencia conoce que habilidades requerirles a los alumnos según el nivel en que se desempeñe, para ello deben plantearles distintas situaciones problemáticas que los perturben y desequilibren. En síntesis, las principales metas de la educación en general y la de los docentes en particular son: en principio crear hombres que sean capaces de crear cosas nuevas, hombres creadores e inventores; la segunda meta es la de formar mentes que estén en condiciones de poder criticar, verificar y no aceptar todo lo que se le expone. Esto, en la sociedad actual, es muy importante ya que los peligros son, entre otros, caer en la cultura de los slogans o en las opiniones colectivas y el pensamiento dirigido. En consecuencia es necesario formar alumnos activos, que aprendan pronto a investigar por sus propios medios, teniendo siempre presente que las adquisiciones y descubrimientos realizadas por sí mismo son mucho más enriquecedoras y productivas.

Elkins<sup>26</sup> afirma que en la escuela es fundamental que los maestros o docentes en quienes los padres confían, sean capaces de transmitir valores claros. Es muy importante que se les enseñe a los niños, el significado de esos valores. Los maestros deben conocer el ambiente y aceptarlo si quieren ayudar a los niños y a los adolescentes a que vean estos dentro del mismo. En todos los ambientes el niño tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Los educadores deben estar conscientes de los distintos ritmos de desarrollo que presentan los niños y adolescentes, para que pueda impartir un trato apropiado con los estudiantes a su cargo. También podemos decir que los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo.

---

<sup>25</sup> PIAGET, Jean. Psicología de la Inteligencia, Ed. siglo XX, Buenos Aires. 1969. p. 97.

<sup>26</sup>Elkins, Op. Cit.

Su comprensión o la ausencia de la misma, pueden favorecer o hacer la personalidad que se desarrolla y está en vías de manifestarse. Es por esto que el educador tiene mucha responsabilidad en este tema tan importante o en esta cuestión del tiempo necesario para que uno se encuentre a sí mismo. También es necesario saber que la mente de cada niño y adolescente está llena de imágenes. Estas imágenes son de tres dimensiones, en primer lugar, se relaciona con la imagen que tiene de sí mismo. Puede imaginarse a sí mismo como una persona que puede llegar a triunfar. Por el contrario, el adolescente puede tener la impresión de ser una persona de poco valor, con escasa capacidad y pocas posibilidades de lograr éxitos en algún área de su actividad.

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

El tercer juego de imágenes se vincula con la imagen de sí mismo, tal como desearía que fuera. Si la distancia entre estas dos imágenes, como se ve realmente y la imagen idealizada, no es grande, de modo que a medida que crece y madura pueda alcanzar la asimilación de estas dos imágenes, se puede decir que se acepta a sí mismo como persona. Por todo lo mencionado es muy importante que la institución del adolescente lo ayude a si mismo a descubrir y aprender a ser las personas que siempre quisieron ser, respetándole sus tiempos, sus conflictos y sus confusiones.

**TITULO: ESCUELA DE PADRES**

**AUTORES: VICTORIA FRESNILLO POZA  
ROSARIO FRESNILLO LOBO  
MARIA FRESNILLO POZA**

**OBJETIVO:** Propiciar espacios de reflexión sobre situaciones cotidianas y sobre criterios básicos de fundamento del grupo familiar.

**¿EN QUÉ SE BASARON?:** En la necesidad de contribuir en la práctica de los derechos del niño.

En la preocupación por el bienestar familiar y su repercusión en la sociedad.

En el deseo de ayudar a muchas familias en la adquisición de pautas saludables de dinámica familiar, que faciliten la convivencia, comunicación y en definitiva el desarrollo integral de sus menores como miembros activos y solidarios de la sociedad.

**INTERPRETACIÓN:** La Escuela de Padres, es un espacio de información, formación y reflexión, dirigido a padres y madres sobre aspectos relacionados con las funciones parentales. Es un apoyo a las familias con hijos menores, para que puedan desarrollar adecuadamente sus funciones educativas y socializadoras, y superar situaciones de necesidad y riesgos social; es uno de los programas de carácter preventivo, que contribuyen a modificaciones de conductas y a la adquisición de pautas saludables de dinámica familiar.

**PARA DONDE VA:** A analizar las diferentes etapas que recorre una familia en su ciclo vital.

A favorecer la comunicación en el grupo familiar y con el entorno comunitario, facilitando la creación de redes sociales.

A promover el conocimiento de las características evolutivas y necesidades del niño y del adolescente.

A dotar a los padres y madres, de recursos y habilidades que posibiliten un crecimiento integral de los hijos y del grupo familiar.

**RESUMEN:** Los contenidos que se trabajan a lo largo de las 20 sesiones de escuela de padres, están elaboradas en función de 4 grandes bloques temáticos:

En primer lugar se agrupan los temas del 1 al 5, donde una vez definido qué es y para qué sirve el espacio de formación de padres y madres, se estudia al grupo familiar, los distintos modelos en la ciudad actual, las etapas evolutivas y la importancia del contexto familiar, como entorno educativo.

En el segundo bloque esta formado por los temas del 6 – 12, los que después de un entrenamiento para la identificación de situaciones problemáticas se analizan y practican diferentes recursos para afrontar problemas, tales como autocontrol, asertividad, habilidades de comunicación, técnicas de control.

El tercer bloque formativo incluye las técnicas del 13 – 16, y contempla el desarrollo evolutivo de 0 años a la etapa juvenil. En cada etapa evolutiva se considera las características generales y las necesidades que se generan así como el papel de los padres para responder adecuadamente.

En los últimos temas, del 17 – 19, se pretende favorecer el conocimiento personal y la vivencia de sí mismo como recurso en la comunicación, para adentrarnos en la convivencia familiar, contemplando los nuevos modelos familiares en una sociedad plural y tomar conciencia del entorno comunitario del que la familia forma parte. Es en este entorno comunitario donde se establecen redes de apoyo en la que lo social implica a lo personal y/o familiar.

En la última sesión, se pone en común los recursos del sector y se potencia la creación de redes sociales, según las necesidades encontradas en cada sector (persona, familia, comunidad).

Al concluir las sesiones del espacio de formación de padres y madres, se realiza la evaluación final, según el cuestionario que se incluye como tema 20.

**TITULO: ESCUELA DE PADRES**  
**AUTOR: LIC. LUZ HAYDEÉ LLAMAS MESEGUER**

**OBJETIVO:** El objetivo de Escuela para Padres es proporcionar a los padres de familia diversas estrategias para entender, apoyar, comprender y dar respuesta a los cambios propios del proceso de desarrollo por el cual esta pasando sus hijos, tanto en el ámbito emocional, afectivo, académico, como social.

**EN QUE SE BASO:** En que los padres de familia conozcan y aprendan métodos efectivos para apoyar a sus hijos en el mejoramiento y superación académico, que permita además vivenciar los mas altos valores humanos y familiares.

**INTERPRETACION:** En la escuela de padres se busca hacer una evaluación diagnóstica a los estudiantes con baja autoestima, llevar a cabo entrevistas con los padres y alumnos con el propósito de dar orientación acerca del manejo adecuado de sus hijos. También buscar la coordinación del programa de Escuela para Padres con el apoyo del personal docente, donde se organizan talleres y que estén enfocados a la superación de la autoestima.

**PARA DONDE VA:** A cubrir las necesidades de los padres de familia y sus hijos para obtener un mejor rendimiento académico así como detectar deficiencias en el desempeño personal, escolar, social.

**RESUMEN:** Esta escuela de padres se basa en la atención a los estudiantes, principalmente a los que presentan problemas de baja autoestima.

La escuela busca comprender y dar respuesta a los cambios propios del proceso de desarrollo por el cual están pasando sus hijos, tanto en el ámbito emocional, afectivo, académico, como social.

**TITULO: PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA ELEVAR LOS NIVELES DE AUTOESTIMA EN ALUMNAS DE SEXTO AÑO BÁSICO.**

**AUTOR: LÍDICE VALDÉS G.**  
**UNIVERSIDAD AUSTRAL DE CHILE**  
**Facultad de Filosofía y Humanidades**  
**2006**

**OBJETIVO:** Medición de los Niveles de Autoestima en las escalas General, Social, Escolar y Hogar, a través del Inventario de Autoestima de Coopersmith (1984), en niñas de sexto año básico, Escuela México de Valdivia.

**EN QUE SE BASO:** En la autoestima negativa, la falta de confianza de las niñas en sí mismo y en los demás. Que suelen ser inhibidas y críticas, poco creativas, generalmente tiende a desvalorar los logros de los demás; como una forma de compensar sus debilidades, también desarrollan conductas desafiantes o agresivas.

**INTERPRETACIÓN:** En la evaluación del Inventario de Autoestima (Escala General, Social, Escolar y Hogar), se observa que las alumnas elevaron sus niveles de percepción al rango Medio y Alto. Resultados que permiten comprobar que el programa aplicado puede modificar en las menores el concepto general bajo que tienen de sí mismas, iniciando tareas con la expectativa de tener éxito y ser bien recibidas, de reflexionar sobre sí mismas, de expresar sus ideas y convicciones individualmente, capaces de discriminar sus aspectos positivos, como también sus limitaciones.

Se observa también un desarrollo importante en las relaciones intrafamiliares, los padres se muestran más receptivos, capaces de conectarse con las necesidades de sus hijas; han podido tomar conciencia de la relación que existe entre el sentirse aceptado y tener una buena autoestima y de lo importante que es ésta para tener éxito en la vida.

Las niñas que presentaron un nivel bajo de autoestima, subió sus puntajes dentro del mismo nivel; sin embargo, en este mismo grupo algunas niñas bajaron aún más sus niveles, siendo las áreas más afectadas las Escalas General, Social y Hogar, que probablemente están siendo afectadas por alteraciones emocionales, casos que ya han sido derivados a los profesionales correspondientes.

**PARA DONDE VA:** A que las alumnas presenten buen nivel de interacción grupal, dando espacio al pensamiento crítico, a la capacidad de enfrentar con éxito diferentes situaciones de la vida escolar, como rendir bien y asumir con responsabilidad las tareas de aprender y estudiar. Al mismo tiempo se observa un mejor acercamiento de relaciones interpersonales con los profesores y sus padres.

**RESUMEN:** Este trabajo corresponde a un estudio de medición de los Niveles de Autoestima en las escalas General, Social, Escolar y Hogar, a través del Inventario de Autoestima de Coopersmith (1984), en niñas de sexto año básico, Escuela México de Valdivia, con rasgos de inmadurez en la interacción social.

Se realizaron dos mediciones, aplicando el diseño preexperimental de pretest y posttest al mismo grupo-curso. Los resultados de las mediciones, efectuadas el

primer semestre de los años 1999 y 2000, muestran que las alumnas incrementaron sus niveles de autoestima.

**TITULO: LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE LA MENCIÓN EDUCACIÓN PREESCOLAR Y PRIMERA ETAPA DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL DE VENEZUELA.**

**AUTOR: MARIELA RAMIA GUERRA**

**OBJETIVO:** Caracterizar el nivel de desarrollo de la autoestima, como manifestación del Crecimiento y Desarrollo Personal, alcanzado por los estudiantes de la Mención "Educación Preescolar y Primera Etapa de Educación Básica" de la Escuela de Educación de la Universidad Central de Venezuela, y su relación con variables personales y académicas, a fin de constatar la correspondencia con los niveles de desarrollo de autoestima propuestos por la institución, lo deseable para los docentes, padres y los establecidos en el Inventario de Coopersmith.

**EN QUE SE BASÓ:** se centró en caracterizar el nivel de desarrollo de la autoestima, como manifestación del Crecimiento y Desarrollo Personal, alcanzado por los estudiantes de la Mención "Educación Preescolar y Primera Etapa de Educación Básica" de la Escuela de Educación de la Universidad Central de Venezuela (UCV), a fin de constatar la correspondencia con los niveles de desarrollo de autoestima propuestos por la institución, lo deseable para los docentes, padres y los establecidos en el Inventario Coopersmith. Pretendió ser una ayuda en la discusión sobre los cambios que se están gestando en el actual Plan de Estudios de la Escuela de Educación UCV, plan vigente desde la Reforma Curricular de 1996, cuando se incluyó por primera vez en la institución la mención objeto de este estudio.

**INTERPRETACION:** Este trabajo se enmarcó en las denominadas investigaciones evaluativas con propósitos diagnósticos, ya que su propósito fue caracterizar y determinar cuál es el Crecimiento y Desarrollo Personal alcanzado por los estudiantes de la Mención "Educación Preescolar y Primera Etapa de Educación Básica" de la Escuela de Educación UCV en el período lectivo 2000-2001. El presente estudio se definió como una investigación evaluativa puesto que no sólo pretende describir el Crecimiento y Desarrollo Personal encontrado en los estudiantes de la Mención objeto de estudio, sino que busca juzgar la realidad con base a unos criterios establecidos por el deber ser, todo ello con el fin de proponer acciones de mejoramiento. Constituye un estudio diagnóstico porque busca indagar la realidad referida a la atención de los aprendizajes afectivos, y a su vez, pretende determinar el nivel de crecimiento y desarrollo personal en los estudiantes que se forman como docentes. Para evaluar el desarrollo de la autoestima en los estudiantes de la Mención objeto de este estudio se tomó como

criterio para juzgar la realidad los rasgos básicos de una persona normal que tiene un claro concepto de sí misma, una identidad personal bien constituida y alta autoestima. Y han sido establecidos y medidos por distintos tests psicológicos. Es importante recordar que el concepto general y básico del estudio es la autoestima, y ésta incluye la formación del concepto de sí mismo y el desarrollo de la identidad personal. Específicamente, se consideraron los niveles de autoestima propuestos por la Institución, los deseables para los docentes y los establecidos en el Inventario de Coopersmith.

**PARA DONDE VA:** A establecer los niveles de desarrollo de la autoestima de los estudiantes de la Mención "Educación Preescolar y Primera Etapa de Educación Básica" de la Escuela de Educación UCV, como manifestación del Crecimiento y Desarrollo Personal, a través del Inventario de Autoestima de Coopersmith.

**RESUMEN:** El principal objetivo del estudio fue caracterizar el nivel de desarrollo de la autoestima de los estudiantes de la Mención "Educación Preescolar y Primera Etapa de Educación Básica" de la Escuela de Educación de la Universidad Central de Venezuela (UCV) en el período lectivo 2000-2001, para constatar la correspondencia con los niveles de desarrollo de autoestima propuestos por la institución, lo deseable para los docentes, padres y los establecidos en el Inventario de Coopersmith, así como su relación con variables personales y académicas del estudiante. Los resultados obtenidos arrojan conclusiones poco alentadoras para la Escuela de Educación, UCV.

**TITULO:       PROYECTO ESCUELA DE PADRES Y MADRES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**

**AUTORES: DIAZ HERNANDEZ, M.R.  
              LINARES SAFA**

**OBJETIVO:** Aumentar la participación y colaboración de las familias en la educación de sus hijos. Favorecer el DESARROLLO INTEGRAL DEL ALUMNADO, contribuyendo a la personalización e individualización de la enseñanza y de la educación en general. Proporcionar a los padres y madres HERRAMIENTAS más o menos generales para prevenir dificultades de diverso tipo. Servir de CAUCE DE REVISIÓN Y APRENDIZAJE para los padres en los temas relacionados con la educación de los hijos POTENCIAR LA COMUNICACIÓN sobre las situaciones que se viven en la familia, creando un ambiente de amistad.

**EN QUE SE BASARON:** Tal y como nosotros la concebimos, la FAMILIA es la institución social que más influye en el desarrollo del hombre, debido a que agrupa las influencias genéticas y ambientales; esta influencia traspasa el círculo familiar y repercute en el mundo escolar; y por ello, es necesaria la información y la formación de padres.

**INTERPRETACION:** La ESCUELA DE PADRES es un plan sistemático de formación para padres en los aspectos psicopedagógicos y ambientales, que se desarrollan a lo largo de un periodo relativamente extenso de tiempo.

**PARA DONDE VA:** Para todo el núcleo familiar y la sociedad en general.

**RESUMEN:** Los padres son adultos y, por tanto, capaces de saber sobre lo que necesitan reflexionar. Al comienzo del curso de la Escuela de Padres el grupo establece sobre qué temas le gustaría tratar, porque para nosotros es imprescindible partir siempre de los intereses del grupo. Sin embargo, somos partidarios de que cualquier tema propuesto se encuadre dentro de unos núcleos centrales y sea tratado con una metodología similar que de coherencia al trabajo y sirva de hilo conductor. En nuestro caso dichos núcleos girarán en torno a una etapa educativa: LA ADOLESCENCIA (basándonos en los materiales publicados por Radio Ecca), y serán los siguientes: El concepto de la adolescencia, o descubriendo la adolescencia, o Estilos de vida de la adolescencia, la alimentación y la imagen de uno mismo, relaciones interpersonales durante la adolescencia o amigos o padres o profesores y tutores, El conflicto en la adolescencia, la negociación como alternativa al conflicto.

**TITULO: NUEVAS PERSPECTIVAS DE INTERVENCIÓN BIO-PSICO-SOCIAL EN EL VINCULO MATERNO FILIAL: INTERVENCIÓN TEMPRANA Y EDUCACIÓN ENTRE IGUALES**

**AUTOR: MARIA ANGELES BECERRO RODRÍGUEZ**

**OBJETIVO:** Desarrollar educación para la Salud, en familias con hijos menores, madres, padres y docentes para enfrentar la desventaja social, es más eficaz si se interviene antes.

**EN QUE SE BASARON:** En la educación para la salud, familia, relaciones padre-hijo, relaciones madre-hijo, intervención psicológica, relaciones entre docentes.

**INTERPRETACION:** Esto es debido a que la formación y apoyo de la madre ejerce una poderosa fuerza en la motivación para el aprendizaje y desarrollo del niño. Las premisas metodológicas son intervención temprana, educación entre iguales y acercamiento al contexto natural y social de las familias.

**PARA DONDE VA:** A encaminar una buena relación social, familiar, escolar y cultural.

**RESUMEN:** A partir del trabajo comunitario con padres en la educación para la salud para la Prevención de Drogodependencias, hemos detectado necesidades no cubiertas desde el enfoque de Escuela de Padres; por no acceder a familias

con niños menores de 3 años, ni a familias en desventaja social con falta de soporte o apoyo social.

## 7.12 FUNDAMENTO CONCEPTUAL

En las personas especialmente los adolescentes, que tienen una baja autoestima se aprecia, según Elkins<sup>27</sup>, desconfianza en si mismos y en sus propias posibilidades como consecuencia de experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación que son transmitidos por personas importantes en su vida, papá, mamá, hermanos mayores, docentes y compañeros de estudio.

Los estudiantes de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, específicamente los que cursan el grado noveno demuestran actitudes habituales que indican una autoestima baja, tales como: autocrítica dura y excesiva que se refleja en una insatisfacción consigo mismo; hipersensibilidad a la crítica que origina resentimientos tercos contra sus críticos, miedo a equivocarse, negativismo generalizado en su futuro y en la vida misma, que en casos extremos ha conducido al suicidio.

La mayoría de estudiantes enfatizan que son los padres los causantes de las dificultades por las que ellos atraviesan ya que estos no les brindan el afecto, la confianza, la comprensión y el tiempo para escucharlos; por el contrario son objeto de la crítica destructiva y el autoritarismo.

Si el adolescente, diariamente está sujeto a estas situaciones que deterioran la autoestima seguramente en el futuro tendrán actitudes violentas que rompan la armonía del grupo escolar donde se desenvuelven, y posiblemente luego, de la propia familia

Laies y Godbeter<sup>28</sup> afirman que, la familia cumple un rol importantísimo en el proceso de formación de la personalidad, y es en este núcleo donde el niño aprende sus primeras normas y a manifestar sus sentimientos y emociones.

La Escuela de Padres como un espacio que tienen papá y mamá para la reflexión y la acción que permitan fortalecer la autoestima, permite: adquirir pautas saludables de dinámica familiar que faciliten la convivencia y el desarrollo integral de los hijos, superar situaciones de necesidad y riesgo familiar; y modificar la conducta.

---

<sup>27</sup> ELKINS. Monografías. Com/autoestima 2. shtml.

<sup>28</sup> LAIES, Gustavo. GODBETER. Ciencias Sociales y Educación Cívica Hacia la Organización Social. Ed. Estrada. Buenos Aires: 1995. 389 p.

El objetivo de la Escuela de Padres es propiciar a los padres de familia diversas estrategias para entender, apoyar, comprender y dar respuesta a los cambios propios del proceso de desarrollo por el cual están pasando los hijos tanto en el ámbito emocional, afectivo, académico y social.

Como del ambiente familiar en el que se desarrolla el adolescente y de los estímulos que este les brinde depende el fortalecimiento de la autoestima es necesario que los padres de familia de los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, tengan un espacio de reflexión y acción sobre las situaciones cotidianas de convivencia, comunicación y desarrollo integral que favorezcan la autoestima de sus hijos. Este espacio es la propuesta de conformación de Escuela de Padres pertinente a la institución.

## **8. DISEÑO METODOLOGICO**

### **8.1 LINEA DE INVESTIGACION**

Pedagogía de la creatividad.

### **8.2 ENFOQUE**

Método del enfoque: Cualitativo, etnográfico y participativo.

### **8.3 INVESTIGACION:**

Evaluativa

### **8.4 HIPÓTESIS**

Elevar la autoestima en los estudiantes del grado noveno que presentan este problema.

### **8.5 VARIABLES**

Autoestima

Baja autoestima

Propuesta para elevar la autoestima

### **8.6 POBLACION**

Se evaluó el 100% de la población de estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, de los cuales el 7.27% presentan baja autoestima, que corresponde a 20 adolescentes.

### **8.7 TECNICAS DE RECOLECCION DE DATOS**

Para la realización del presente proyecto se utilizó información primaria y secundaria.

**8.7.1 Información primaria.** Se realizaron entrevistas a los estudiantes, para lo cual se elaboró un formato que sólo lo utilizó el docente, con 20 preguntas para identificar el nivel de autoestima. Se hizo un formato de observación compuesto por 25 enunciados que permiten evaluar el comportamiento de los adolescentes, también se trabajo un test de educación sobre la autoestima, que consta de 15

preguntas abiertas, ideadas con el objetivo de evaluar la baja autoestima (Ver anexos 1, 2, 3).

**8.7.2 Información secundaria.** Se consultó textos como diccionarios, libros especializados en el tema e Internet y la biblioteca de consulta Encarta 2005.

## 8.8 OBSERVACIÓN

	<p><b>INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL “CIUDAD DE PASTO”</b>  <b>NIT. 800092592 –4</b></p> <p><b>TERAPIA OCUPACIONAL</b>  <b>FORMATO DE OBSERVACION (AUTOESTIMA)</b></p>
<p><b><u>BERTA LIBIA MAYA M.</u></b>  <b>TERAPEUTA OCUPACIONAL.</b></p>	
<p>El siguiente formato esta compuesto por enunciados que permiten evaluar a través de la observación el grado de autoestima en los estudiantes del grado noveno de dicha institución,</p>	

<b>SEGUIMIENTO DE OBSERVACIÓN</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. El estudiante se observa alegre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Incómodo con la gente que no conoce.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Dependiente de otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Los retos representan una amenaza para sí mismo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Se ve triste.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Se siente cómodo con la gente que no conoce.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Cuando las cosas le salen mal se siente culpable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Demuestra que es agradable a los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Si las cosas le salen bien se ve satisfecho.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Rectifica sus errores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Demuestra ser menos importante que los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Hace lo que los demás quieren para sentirse aceptado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Demuestra ser más importante que los demás.		
14. Se observa negativo ante toda situación.		
15. Se ve positivo ante toda situación.		
16. Se ve que se siente a gusto con su físico.		
17. Se ve que no se siente a gusto con su físico.		
18. Expresa abiertamente sus sentimientos.		
19. Es reservado en sus sentimientos.		
20. Se alegra cuando otros fracasan en sus intentos.		
21. Realmente es tímido(a).		
22. Acepta los retos sin pensarlo.		
23. A menudo expresa que los demás cometen más errores que El (Ella).		
24. Demuestra ser agresivo(a).		
25. Se alegra cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.		
<b>TOTAL</b>		

Observando a los estudiantes del grado noveno detectamos, que un alto porcentaje presenta una actitud negativa (Ver anexo 1).

El seguimiento de observación demostró que los estudiantes con baja autoestima son dependientes de otros, demuestran timidez, se ven tristes, se sienten culpables ante cualquier problema, no aceptan retos, son agresivos, esto hace que no tengan una buena relación grupal, tienen bajo rendimiento escolar y son personas conflictivas, taciturnos, llegando a ser sujetos de acontecimientos lamentables como el homicidio o el suicidio, cuando menos la toma de decisión de abandono del hogar para prostituirse o caer en aberraciones sexuales, delincuencia, drogadicción, participación en pandillas delictivas, sectas satánicas u otros escapes que compensen sus crisis o inestabilidad emocional.

## 8.9 ENTREVISTA



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL “CIUDAD DE PASTO”**

**NIT. 800092592 –4**

**TERAPIA OCUPACIONAL  
PREGUNTAS DE ENTREVISTA PERSONAL**

**BERTA LIBIA MAYA M.  
TERAPEUTA OCUPACIONAL.**

Las siguientes preguntas permiten identificar el nivel de autoestima que presentan los estudiantes del grado noveno de dicha institución,

1. ¿En que barrio vives?
2. ¿Quienes conforman tu familia?
3. ¿Quién esta pendiente de tu rendimiento escolar?
4. ¿Estas por tu propia voluntad en el colegio?
5. ¿Buscas pretextos para no asistir al colegio o a clases?
6. ¿Cómo es la relación con tus compañeros y profesores?
7. ¿En caso de tener algún problema a quien acudes....?
8. ¿Papá y mamá trabajan fuera de casa?
9. ¿En que entidad y cual es su jornada de trabajo?
10. ¿Que momentos compartes con tus padres?
11. ¿Con quién permanece más en casa: papá, mamá o que otro familiar?
12. ¿Cuándo permaneces solo en casa compartes con tus amigos o con quien?
13. ¿Hay normas y reglas en tu hogar, las respetas?
14. ¿Te permiten salir en la noche los fines de semana?
15. ¿Hasta que hora te permiten permanecer fuera de casa?
16. ¿A que actividades te dedicas con tus amigos?
17. ¿Te has enamorado?
18. ¿Te deprimas cuando tienes algún conflicto... que haces?
19. ¿reconoces tus faltas o buscas culpar a alguien?
20. ¿Eres agresivo o tolerante?

Para la evaluación de la autoestima en los estudiantes se hizo una entrevista de manera personal en la que se realizó una serie de preguntas de aspecto familiar, social y cultural.

### **ASPECTO FAMILIAR**

En la parte intrafamiliar se pudo establecer que no hay dialogo de padres a hijos y viceversa debido al trabajo y la tecnología (televisión, Internet, juegos, entre otros), donde se rompen normas y reglas y es así como el individuo se siente solo y busca refugiarse con sus amigos o en el vicio.

En otros casos se pudo apreciar que hay orientación de padres a hijos, se han establecido valores morales y normas; la familia esta dispuesta al dialogo, hay respeto y armonía, esto lleva al individuo a desarrollar una personalidad positiva.

### **ASPECTO SOCIAL**

Cuando el individuo en el hogar ha adquirido una buena formación el rol que desempeña en la sociedad es de un buen estudiante, buen amigo, respetuoso con sus compañeros y docentes y está en capacidad de realizar cualquier trabajo u oficio sin dificultad, aportando y adquiriendo conocimiento.

Los estudiantes que dentro del núcleo familiar no tuvieron una formación adecuada tienen poca confianza de sus capacidades, son individuos rebeldes, presentan depresión, evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades, se sienten indignos del respeto y del afecto de los demás, se creen inferiores, demostrando una baja autoestima ante la sociedad. Algunos estudiantes tienen una posición social alta pero se sienten inferiores en el aspecto físico, o están pendiente de lo que los demás piensan de ellos, se sienten débiles porque han sido sobreprotegidos en su infancia.

### **ASPECTO CULTURAL**

La sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que a partir de la cultura de esta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidos a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a esta como modelo social.

Los estudiantes se catalogan entre ellos por su aspecto físico (flacos, gordos, lindos, feos), por la raza (blancos, negros, rubios), por la capacidad en el estudio, la honestidad consigo mismo y con los demás.

Todos los estudiantes se ven así mismos desde su punto de vista y de esta manera se agrupan de acuerdo a la afinidad que tienen dentro del ámbito escolar,

como son: tareas escolares, deporte, clase social (alta, media, baja), grupos con problemas de disciplina.

### 8.10 TEST



**INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL "CIUDAD DE PASTO"**  
**NIT. 800092592 -4**

**TERAPIA OCUPACIONAL**  
**TEST DE EDUCACIÓN SOBRE AUTOESTIMA**

**FECHA:** \_\_\_\_\_ **GRADO:** \_\_\_\_\_ **SEXO:** F \_\_\_ M \_\_\_

A continuación encontrarás una serie de interrogantes que permitirán conocer tus actitudes. En general, no existen respuestas correctas o incorrectas, porque los adolescentes tienen distintos intereses y ven las cosas desde distintos puntos de vista. Contesta con sinceridad; de esta forma se podrá conocer mejor tu forma de ser, pensar y actuar. Este test sólo ofrece orientación y carece de valor diagnóstico.

1. ¿Cuándo tienes problemas, a quien pides ayuda?

- A tus padres
- Familiares
- Docentes
- Amigos
- Compañeros

2. ¿Cuándo tienes algún problema, te deprimas con gran facilidad?

- SI
- NO

Porqué?

\_\_\_\_\_

3. ¿Cuándo estás en grupo te cuesta tomar decisiones?

- Depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos.
- Normalmente no me cuesta tomar decisiones, sea donde sea.
- Sí, me suele costar mucho tomar cualquier decisión cuando estoy en grupo.

4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta... ¿Qué cambiarías?

- Bastantes cosas para así sentirte mucho mejor y estar más a gusto con la gente.
- Estaría bien, pero no creo que cambiaría nada esencial de mi vida.
- No creo que necesite cambiar nada de mí.

5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?
- Sí, unos cuantos.
  - Sí, creo que todo lo que hago es ya un éxito.
  - No.
6. Que haces cuando tu Profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...
- Le escucho atentamente, procurando que la conversación se desvíe a una crítica constructiva y poder aprender de mis errores.
  - Que eleve la voz no se justifica en ningún caso. No tiene ningún derecho a tratarme así, por lo que no puedo escuchar lo que me dice hasta que no baje su tono de voz.
  - Me molesta que me regañe y lo paso mal.
7. Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no...
- Mucho, no soporto que alguien me rechace y tenga mala imagen de mi.
  - No siempre, sólo cuando me interesa especialmente la amistad de la otra persona.
  - Lo que los demás piensen de mí no influirá en mi forma de ser.
8. ¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?
- Sí, aunque me llevo algunos disgustos.
  - Sí y disfruto conociéndome a mi mismo a través de los otros.
  - No pregunto nada, por si acaso me encuentro con respuestas que hubiera preferido no escuchar.
9. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?
- Sólo algunas cosas de las que pienso son posibles.
  - Me cuesta conseguir lo que quiero, no creo que pudiera.
  - Con trabajo, suerte y confianza, seguro que sí.
10. ¿Estás convencido de que tu estudio tiene valor?
- No estoy convencido, pero hago lo que puedo para que tenga un valor.
  - No, más bien pienso que muchas veces no tiene valor alguno.
  - Estoy convencido de que tiene mucho valor.
11. Te consideras una persona tímida...
- Depende del ambiente en que me mueva puedo ser más o menos tímido(a).
  - No me cuesta hacer amigos ni relacionarme en cualquier situación.
  - Creo que soy una persona especialmente tímida.
12. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?
- Sí, me he sentido herido muchas veces.
  - No hay nada que puedan decir que pueda herirme.

Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy allegadas a mi.

13. Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿qué cambiarías?

- Nada.
- No lo sé, son muchas cosas.
- Alguna cosa.

Cuál (es): \_\_\_\_\_

14. ¿Algunas veces has sentido que nadie te quiere?

- No es que lo sienta, es que es verdad nadie me quiere.
- Sí, a veces siento que nadie me quiere.
- No, sólo en alguna ocasión siento que no me comprenden, pero no es lo mismo.
- Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian.

15. Si en reuniones de estudio o grupos de trabajo, crees que tus ideas no se tienen en cuenta...

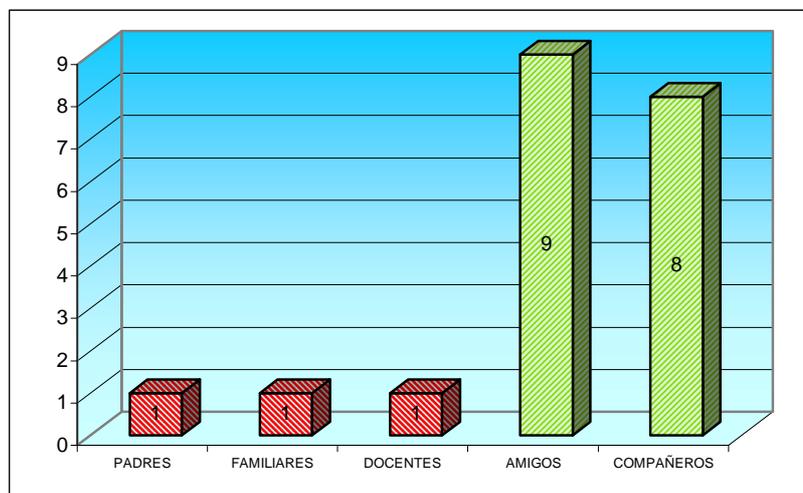
- Pienso que no merece la pena el esfuerzo porque mis ideas no son tan buenas como creía y procuro atender a las ideas de los otros, dejando en adelante de ofrecer más ideas.
- Lo considero una estadística desfavorable, pero continúo aportando mis ideas si se me ocurre alguna interesante.
- Abandono el grupo, ya que mis ideas no son tenidas en cuenta y procuro formar otro en el que soy el líder o ir en solitario.

A continuación se hace una evaluación del test frente a las respuestas dadas por los estudiantes con baja autoestima del grado noveno.

### **1. ¿Cuándo tienes problemas, a quien pides ayuda?**

9 Estudiantes que equivale al 45 %, que piden ayuda a los amigos 8 estudiantes con el 40% acuden a los compañeros, la razón es que carecen de la suficiente confianza con los padres, no tienen tiempo para escucharlos, pasan la mayor parte del tiempo con sus amigos, en una minoría del 5% acuden a sus padres, 5% a familiares y 5% a docentes.

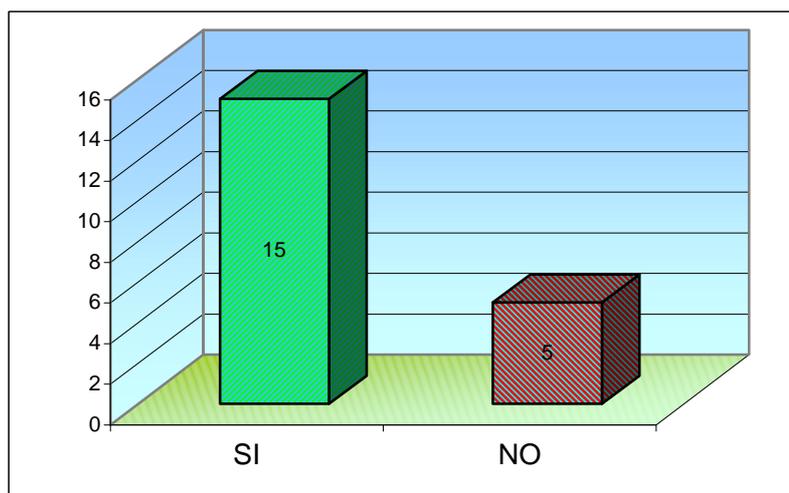
**Grafica 1. ¿Cuándo tienes problemas, a quien pides ayuda?**



**2. ¿Cuándo tienes algún problema, te deprimas con facilidad?**

15 alumnos que corresponde al 75%, respondieron que si se deprimen con facilidad por la falta de orientación, no saben que hacer frente a las diversas situaciones que se presentan en el diario vivir, como también la falta de afecto y la incomprensión por parte de sus padres. 5 personas (25%) no se deprimen con facilidad.

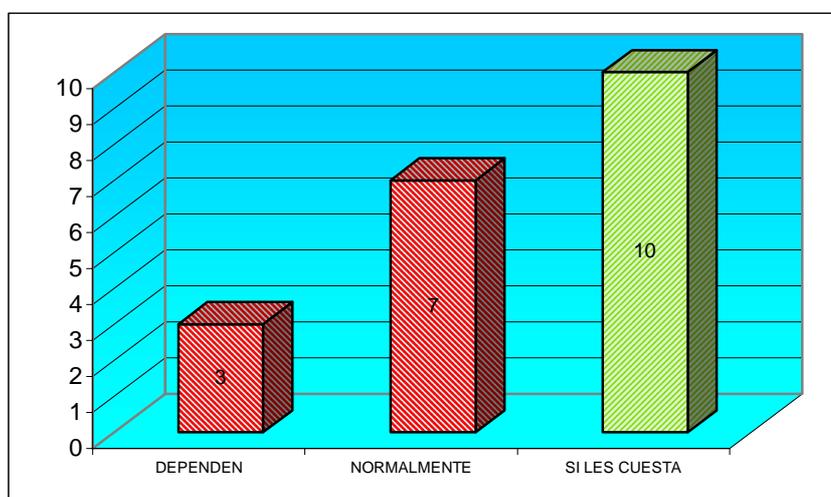
**Grafica 2. ¿Cuándo tienes algún problema, te deprimas con facilidad?**



### 3. ¿Cuándo estás en grupo te cuesta tomar decisiones?

A 10 estudiantes (50%) les cuesta tomar decisiones, algunos por el autoritarismo de los padres, ellos han tenido que hacer lo que se les ordene no han tenido la oportunidad de desarrollar libremente su personalidad, otro aspecto es la sobreprotección de los padres, ellos toman las decisiones que deberían tomar los hijos. 3 (15%) estudiantes respondieron que dependiendo de la confianza que tengan con la gente del grupo, toman las decisiones. A 7(35%) estudiantes no les dificulta tomar decisiones.

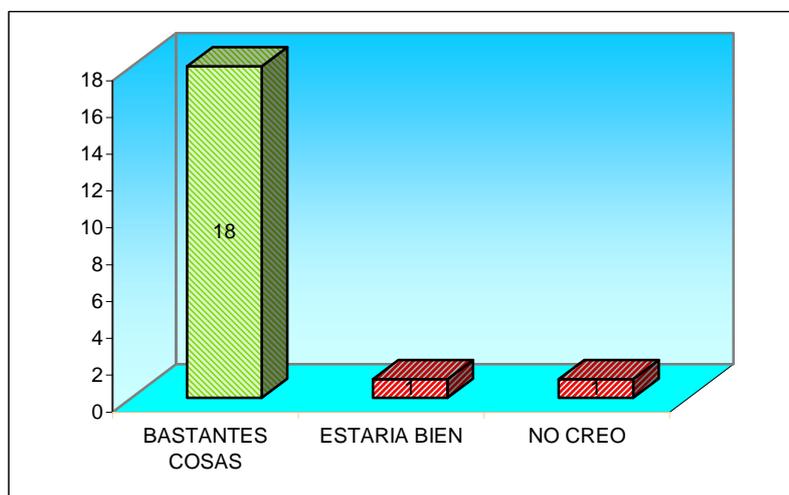
**Grafica 3. ¿Cuándo estás en grupo te cuesta tomar decisiones?**



### 4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta ¿Qué cambiarías?

18 estudiantes que corresponde al 90%, respondieron que cambiarían bastantes cosas para así sentirse mucho mejor y estar más a gusto con la gente, no se aceptan como son porque la sociedad de consumo así lo establece o los miembros de la familia y/o amigos hacen mucho énfasis en alguna condición física del adolescente y le crean ese complejo. Al igual que la influencia de la moda en los peinados, corte de cabello, el percing, la forma de vestir entre otros. 1(5%) estudiante contesta "Estoy bien cambiaría muy poco de mi, 1 (5%) persona dice "creo que no cambiaria nada".

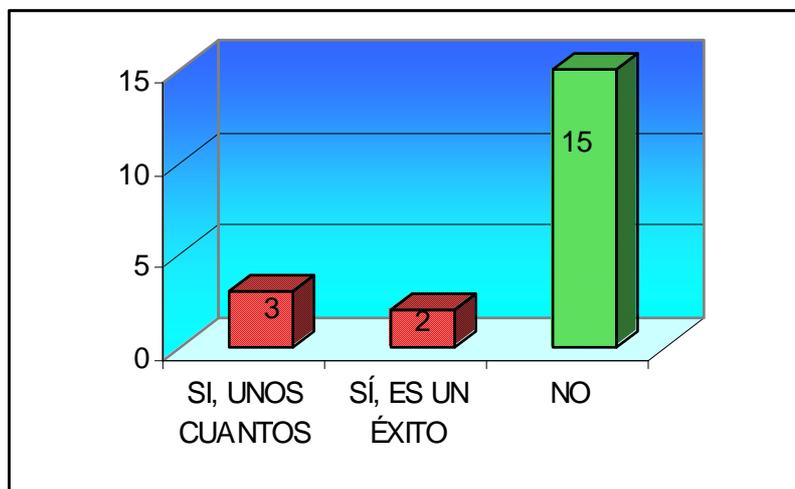
**Grafica 4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta ¿Qué cambiarías?**



**5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?**

15 Adolescentes, correspondiente al 78%, dicen que no han logrado éxito en la vida, estas personas en su mayoría han tenido una programación psicolinguística, es decir que constantemente les están diciendo que son personas que no tienen valor, que no sirven para nada, que son un fracaso para la familia y la sociedad, ante esta insistencia estos estudiantes se han convencido que en realidad son así. Por lo que les cuesta conseguir lo que quieren, son inseguros, no se proponen metas. 3 es decir un 15% de los estudiantes, si creen que han tenido éxito y 2 (10%) están seguros de haber tenido éxito en su vida.

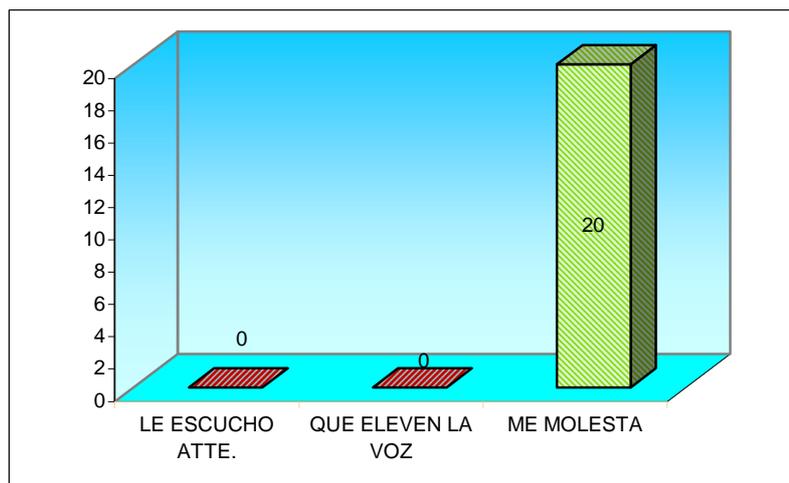
**Grafica 5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?**



**6. ¿Qué haces cuando tu profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho?**

20 estudiantes que es el 100%, coinciden en que se molestan que los regañen y la pasan mal cuando un profesor les dice que han hecho mal su trabajo, piensan que cumplieron con su deber sin importar la calidad de su contenido.

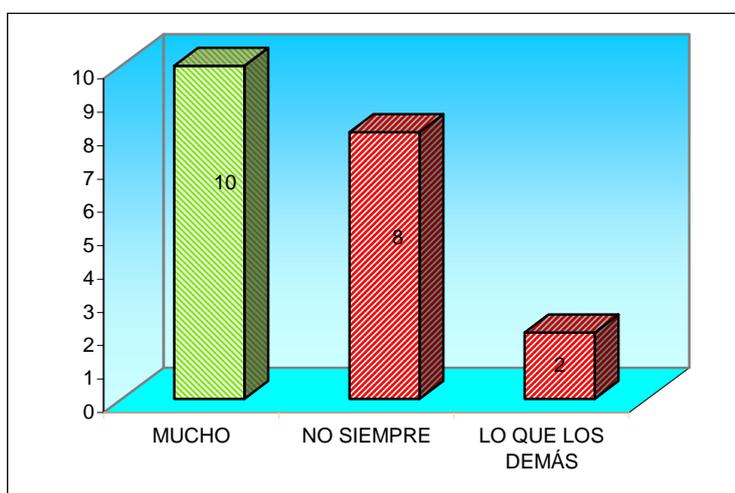
**Grafica 6. ¿Qué haces cuando tu profesor te regaña en voz bastante alta por Un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho?**



**7. ¿Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no?**

10 adolescentes (50%) dicen que no soportan que alguien los rechace y tenga mala imagen de ellos. El rechazo en estos estudiantes baja su autoestima, produciendo sentimientos de minusvalía, tristeza o desprecio hacia sí mismo. Ellos quieren ser bien vistos en su manera de pensar y actuar así no sea correcto lo que hagan. Su interés es llamar la atención a costa de lo que sea. 8 estudiantes (40%) afirman, que no siempre les preocupa la impresión que causan sobre los demás, únicamente cuando alguien le interesa y 2 (10%) adolescentes no les interesa si caen bien o no a los demás.

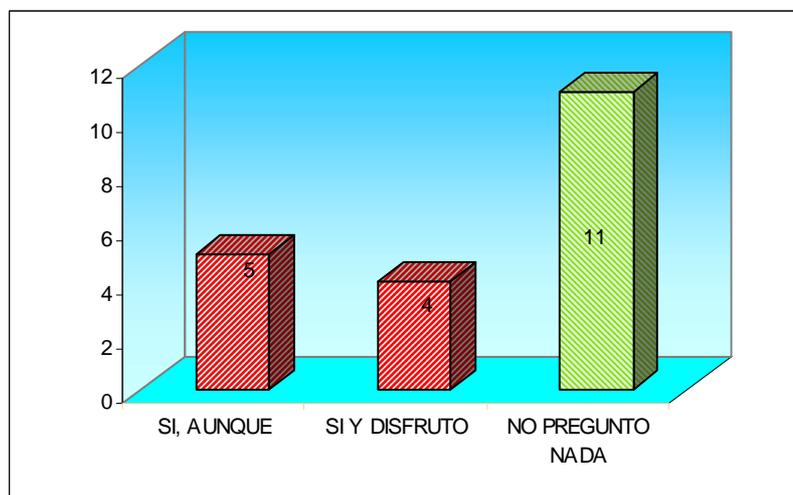
**Grafica 7. ¿Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no?**



**8. ¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?**

11(55%) No preguntan nada, por si acaso se encuentran con respuestas que hubiera preferido no escuchar. Quieren vivir en su mundo no aceptan que los padres los corrijan, no dejan que las demás personas les den consejos o les hagan caer en cuenta el error que están cometiendo. 5 (25%) adolescentes dicen que si indagan aunque a veces se llevan algunos disgustos. 4 (20%) afirman que sí indagan y se sienten bien porque se conocen mejor a sí mismos.

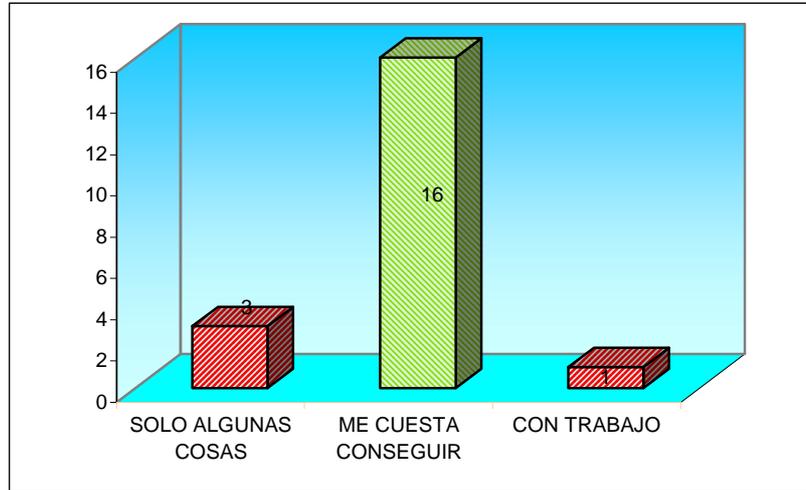
**Grafica 8. ¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo Que no?**



**9. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?**

16 (80%) respondieron que les cuesta conseguir lo que quieren, no creen que puedan. No poseen confianza en si mismos, no terminan las tareas encomendadas, las dejan a medio camino, la falta de atención en clase no les da una clara visión de las cosas para poder desarrollarlas o buscan cualquier pretexto para no realizarlas, de ahí el bajo rendimiento escolar. 3 (15%) estudiantes contestaron que solo algunas cosas son posibles y 1(5%) respondió que si se logra hacer lo que se propone con empeño y esfuerzo.

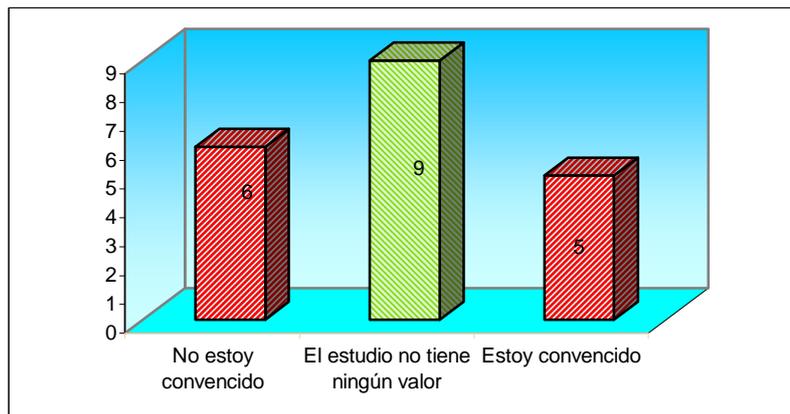
**Grafica 9. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?**



**10. ¿Estas convencido de que el estudio tiene valor?**

9 (45%), piensan que el estudio no tiene ningún valor. Creen que no sirve para nada, que estudiar es perder el tiempo, prefieren trabajar, o conseguir dinero fácil, no importa como, o dedicarse a otras actividades. 6 (30%) dicen que no están convencidos que tenga valor pero se esfuerzan por que tenga algún valor. 5 (25%), estudiantes están convencidos que el estudio tiene valor.

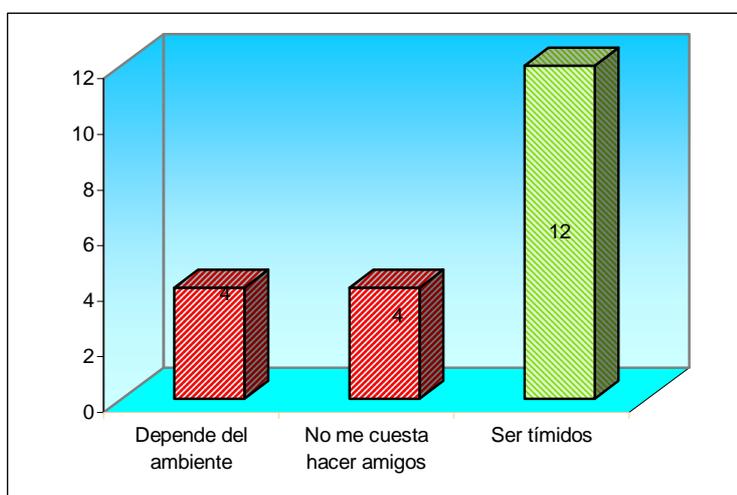
**Grafica10. ¿Estas convencido de que el estudio tiene valor?**



### 11. ¿Te consideras una persona tímida?

A esta pregunta 12 (60%) respondieron: Ser tímidos. Son inseguros, tienen miedo a afrontar cualquier situación, han sufrido traumas psicológicos en su infancia y en la actualidad. 4 (20%) adolescentes, se mueven de acuerdo a las circunstancias y las personas que los rodean, entre tímido y medianamente tímido, si tienen confianza con alguna persona expresan sus ideas y sus sentimientos de lo contrario son introvertidos. 4 (20%), no tienen problema en relacionarse con los demás.

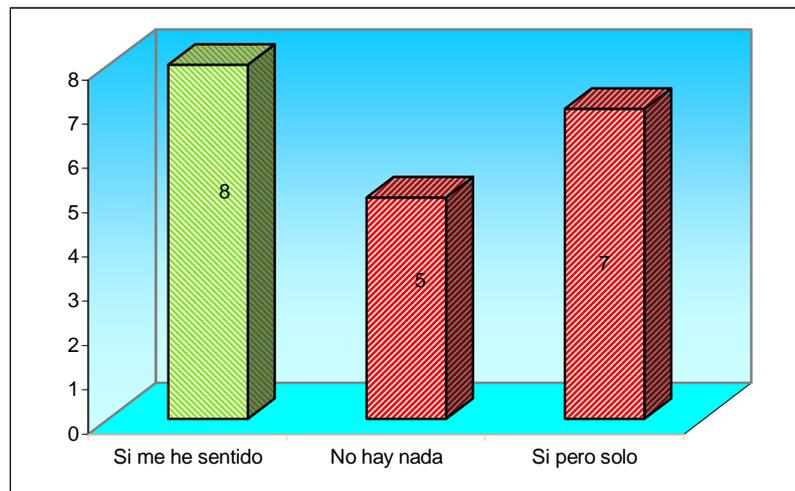
**Grafica11. ¿Te consideras una persona tímida?**



### 12. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?

7 estudiantes (40%) dicen que, si se han sentido heridos muchas veces. Cuando han sido maltratados tanto física como psicológicamente, cuando son mal mirados o rechazados por su comportamiento o aspecto físico. 5 (25%) afirman que no hay nada, ni nadie que pueda herirlos. 7(35%) aseguran que si se han sentido heridos, pero únicamente por personas muy cercanas a ellos.

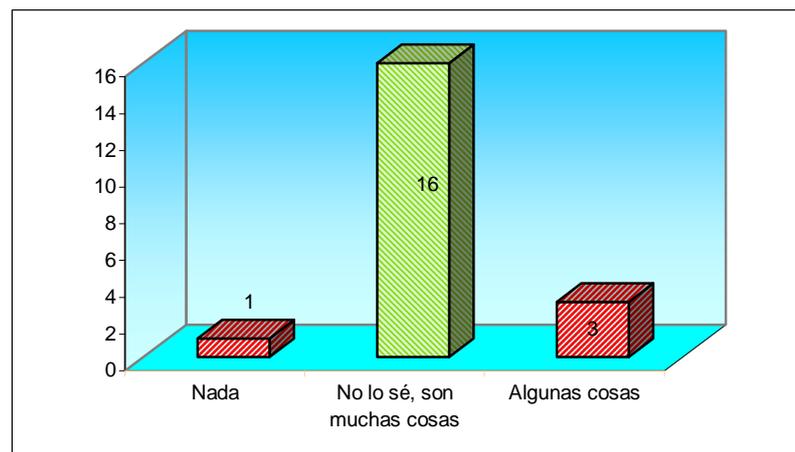
**Grafica12. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?**



**13. ¿Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿Qué cambiarías?**

16 contestaron con un 80%: No lo sé, son muchas cosas. Es difícil un cambio a corto plazo porque deberían someterse a un tratamiento psicológico y terapéutico que le permita ir superando sus debilidades e inestabilidad, para lograr encaminar a estas personas a elevar la autoestima. 3 (15%) dicen que cambiarían algunas cosas. 1(5%) no cambiaría nada.

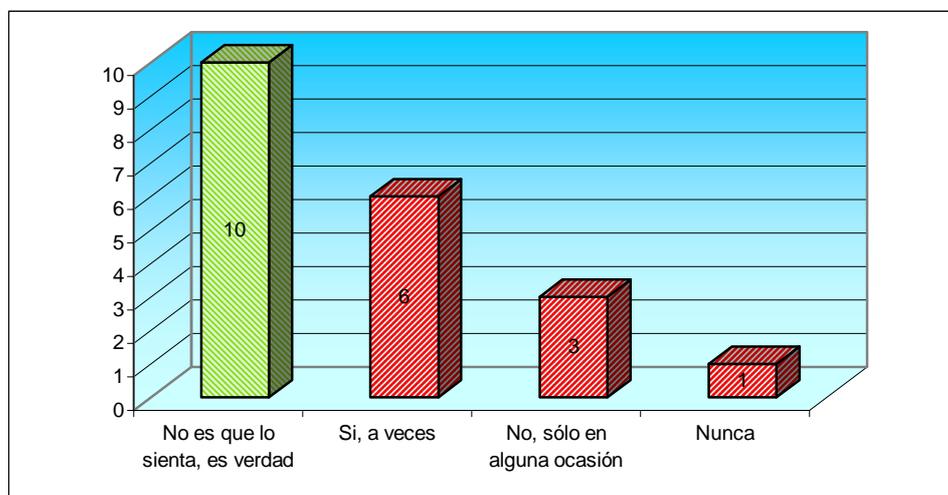
**Grafica13. ¿Si pudieras cambiar algo de tu carácter, qué cambiarías?**



#### 14. ¿algunas veces has sentido que nadie te quiere?

10 equivalente al 50% dicen que, “no es que lo sienta, es que es verdad”. Porque no fueron hijos deseados y los padres se lo han expresado así, a partir de allí sienten el rechazo y piensan que nadie los quiere. 6 personas dicen que a veces no los quieren. 3 (15%) dicen que no que sólo en alguna ocasión han sentido que no los comprenden. 1(5%) asegura que nunca ha tenido ese sentimiento, que las personas que lo rodean lo aprecian.

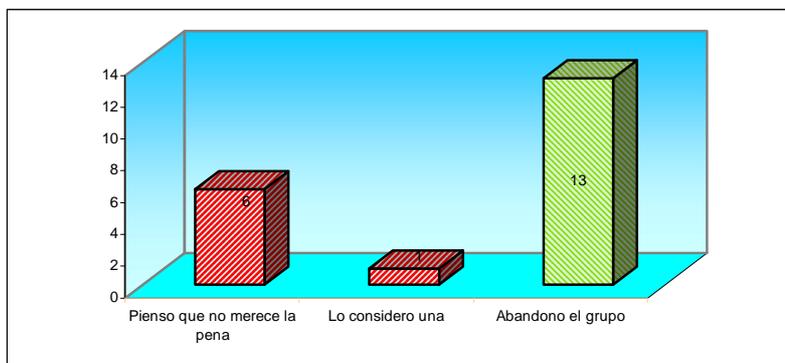
**Grafica14. ¿Algunas veces has sentido que nadie te quiere?**



#### 15. ¿Si en reuniones de estudio o grupo de trabajo, crees que tus ideas no se tienen en cuenta?

13 estudiantes que corresponde al 65% afirman que abandonan el grupo ya que sus ideas no son tenidas en cuenta y procuran formar otro grupo en el que sea líder o estar. Si estas personas aportan ideas que no son positivas al tema que se esta tratando, no se tendrán en cuenta y ellos sienten el rechazo. 6 (30%) dicen que no vale la pena el esfuerzo porque sus ideas no son tan buenas, que las ideas de otros son mejores. 1(5%), hace aporte de alguna idea cuando cree que es buena.

**Grafica 15. ¿Si en reuniones de estudio o grupo de trabajo, crees que tus ideas no se tienen en cuenta?**



Con base en el análisis de los ítems hemos podido constatar que es reiterada la alusión a la influencia de los padres de familia por lo que nuestro equipo de trabajo encontró sobradas razones para implementar la propuesta de padres en la medida en que no puede ser justo que sea el hogar el causante de las mayores agresiones al individuo para provocarle su inestabilidad emocional, consecuencia de la carencia de confianza con los padres falta de afecto y comprensión, autoritarismo, agresiones verbales, menosprecio, subvaloración e incluso la negación de la procedencia paternal como retaliación ante un error.

**Cuadro 1. Tabulación de la Información.**

<b>NÚMERO DE PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA AL TEST</b>	<b>RESULTADOS DE ESTUDIANTES QUE PRESENTAN AUTOESTIMA BAJA</b>
1	Piden ayuda a los amigos y compañeros.	12
2	Se deprimen con facilidad	15
3	Les cuesta tomar decisiones	10
4	Cambiarían muchas cosas de su aspecto físico	18
5	No han logrado éxitos en la vida	15
6	Se molestan que los regañen y la pasan mal	20
7	No soportan que alguien los rechace y tengan mala imagen de ellos	10
8	No preguntan nada	11
9	Les cuesta conseguir lo que quieren	16
10	Piensen que el estudio no tiene ningún valor	9
11	Se consideran personas tímidas	12
12	Se sienten heridos por lo que les dicen otras personas	8
13	No saben, son muchas cosas	16
14	Sienten que nadie los quiere	10
15	Creer que sus ideas no se tienen en cuenta	13

FUENTE, esta investigación

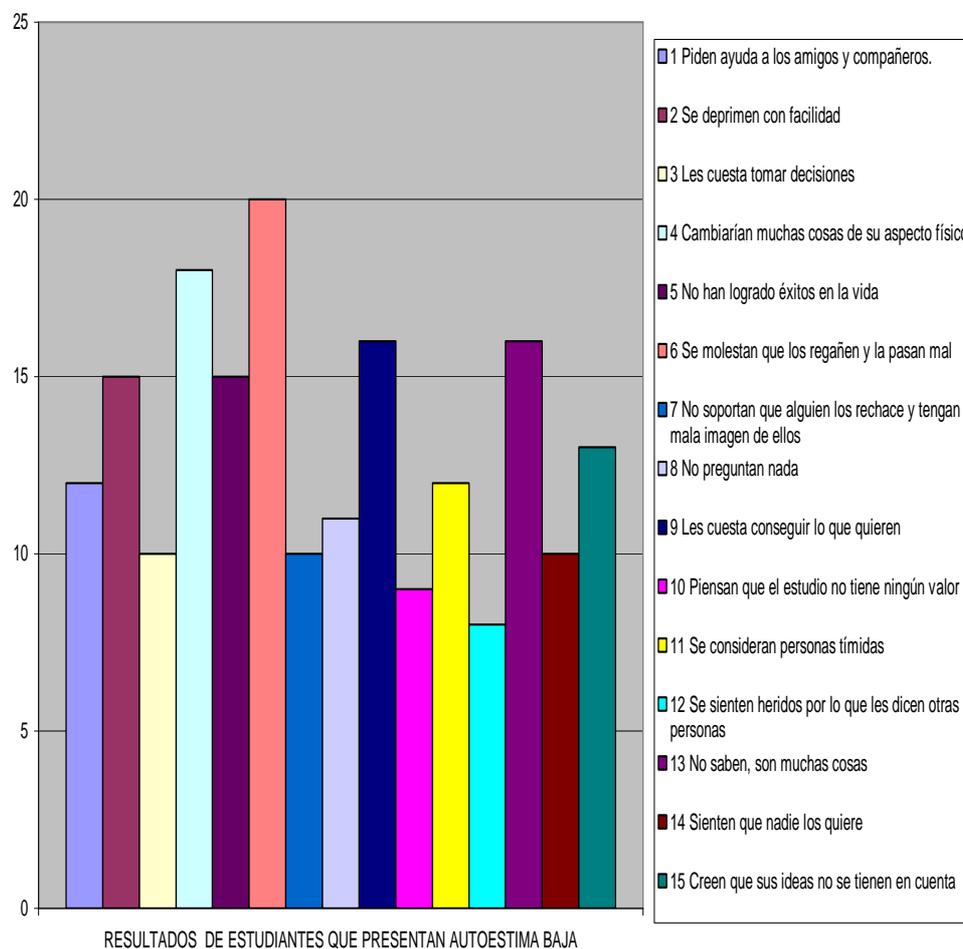
En el cuadro anterior se puede apreciar que los estudiantes que poseen baja autoestima tienden a sentirse inferiores a los demás, se desprecian así mismos, no valoran sus logros, todo les decepciona, les disgusta no tomar buenas decisiones, se sienten solos, caen en el abandono, crean ideas negativas de su personalidad, huye de sus problemas, no los pueden enfrentar.

Los síntomas que se presentan en estos estudiantes son:

- Mal genio, agitación
- Pérdida del interés en las actividades, apatía
- Rechazo al estudio.
- Cambios en el apetito, por lo general pérdida del mismo.
- Cambios de peso involuntarios (aumento de peso o pérdida de peso involuntaria)

- Dificultad para conciliar el sueño o para permanecer dormido (insomnio)
- Somnolencia diurna excesiva
- Fatiga
- Problemas para concentrarse
- Problemas para tomar decisiones
- Sentimientos de minusvalía, tristeza o desprecio hacia sí mismo
- Sentimientos de culpabilidad excesivos o inapropiados.
- Pensamientos sobre suicidio o miedos o preocupaciones obsesivos sobre la muerte.

**Grafica 16. Resultado de estudiantes que presentan baja autoestima.**



FUENTE, esta investigación.

En el gráfico se muestra la baja autoestima en los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.

## 9. ANÁLISIS DE INTERPRETACIÓN DE DATOS

Esta investigación cobra mucha importancia por la relación de esta con nuestra labor profesional, y por la importancia que tienen las variables involucradas en el desarrollo de los adolescentes durante su etapa escolar, dada nuestra implicancia con ellos, se hace relevante conocer a través de nuestra evaluación, la autoestima de los alumnos, de esta manera se dará un resultado teórico con un conocimiento construido a través de la investigación en el contexto de la educación.

Los docentes responsables de este proyecto aplicamos entrevistas a los estudiantes, un formato de observación y un test de Terapia Ocupacional de educación, utilizando determinados criterios que revelen el grado de autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto del grado noveno.

### 9.1 OBSERVACIÓN

El formato de observación aplicado, consta de 25 ítems, las escalas se contabilizan en dirección positiva o negativa, por lo que un alto puntaje sugiere una actitud negativa y lo contrario una positiva, la evaluación consiste en observar la actitud que presentan los alumnos, usando respuestas “si o no” (Ver anexo 1).

El seguimiento de observación demostró que los estudiantes con baja autoestima son dependientes de otros, demuestran timidez, se ven tristes, se sienten culpables ante cualquier problema, no aceptan retos, son agresivos, esto hace que no tengan una buena relación grupal, tienen bajo rendimiento escolar y son personas conflictivas, taciturnos, llegando a ser sujetos de acontecimientos lamentables como el homicidio o el suicidio, cuando menos la toma de decisión de abandono del hogar para prostituirse o caer en aberraciones sexuales, delincuencia, drogadicción, participación en pandillas delictivas, sectas satánicas u otros escapes que compensen sus crisis o inestabilidad emocional.

### 9.2 ENTREVISTA

La entrevista se hizo de manera personal, con el objeto de identificar el nivel de autoestima en los estudiantes, la que contiene una serie de preguntas de aspecto familiar, social y cultural.

**9.2.1 Aspecto Familiar.** Como consecuencia de la carencia de las buenas relaciones al interior del núcleo familiar, por falta de dialogo, despreocupación por los padres, hogares desintegrados, mal ejemplo, carencia de la practica de valores, dificultades económicas, bajo nivel de preparación académica de los

padres y otros aspectos que ya se han anotado; como docentes, experimentamos a diario casos con estudiantes (Hombres y Mujeres) involucrados en situaciones de diferente índole: indisciplina, riñas, inasistencia, evasión de la institución, incumplimiento a tareas, bajo rendimiento, signos de depresión y llanto, hurto, agresiones físicas o verbales entre compañeros e incluso a profesores y muchas situaciones más: leves y graves.

Con base en la investigación, tratamiento de casos por psicoorientación, charlas confidenciales entre compañeros o con profesores los estudiantes que presentan dichos problemas revelan que la crisis surge en su familia. Por tanto es allí donde se debe realizar un serio y delicado trabajo, si es que se pretende evitar que nuestros jóvenes tomen rumbos equivocados, como es el caso de situaciones comprobadas de estudiantes que han sido sujetos de deserción escolar, pérdida del año, expulsiones, embarazos no deseados, alcoholismo, drogadicción, delincuencia común, abandono del hogar y algunos casos que optaron por el suicidio.

Ante este panorama, se supone que no hay armonía en el hogar. Los padres (Generalmente el Padre) imponen la autoridad por la vía de la agresión física o verbal y los hijos con su rabia y rebeldía represadas, muchas veces fingiendo obediencia. Padres súper responsables en lo material pero sin tiempo para dar afecto. Padres, que jamás se han detenido a pensar por qué están desempeñando ese papel, por tanto no tienen ninguna conciencia para el desempeño de su rol.

**9.2.2 Aspecto Social.** Las buenas relaciones y la buena formación del individuo al interior del hogar, naturalmente son los fundamentos necesarios para esperar un desempeño óptimo en la práctica de competencias emocionales, comunicativas e integradoras de los miembros de una sociedad.

Un ambiente de calidez y de comprensión humana, propicia climas de confianza, seguridad, tranquilidad espiritual y emocional, practica de valores tales como: tolerancia, prudencia, civismo, e ilusiones para fincarse ideales de progreso personal (Proyecto de vida) y colectivo.

Pero cuando las circunstancias del hogar son adversas, el individuo actúa como consecuencia de eso, negativamente, carece de los elementos básicos para vivir en armonía social, no encaja con las normas de la convivencia familiar, sus traumas emocionales y espirituales lo convierten en un ser propenso al conflicto y al fracaso, por ende su autoestima no puede ser la mejor.

**9.2.3 Aspecto Cultural.** Siendo la familia la célula fundamental de la sociedad es en gran parte la responsable de la formación de los conceptos que estructuran la autoestima de los hijos.

La familia interioriza modelos, pautas, formas, estereotipos y referencias sociales, para conformar la personalidad y carácter, lo que hace que una estructura social conserve su identidad y se caracterice.

Los padres infunden esas estructuras en sus hijos como mecanismo integrador. Dicha labor implica, comunicación, enseñanza y ejemplo de las pautas culturales de la sociedad para que se practiquen en la familia.

Mal o bien la familia inculca las concepciones para que los hijos se posicionen en la sociedad ya sea por esquemas de apariencia física, renombre de apellidos familiares, nivel social y económico, etnia, profesión y en ocasiones hasta por gentilicios.

Del buen o mal manejo del procedimiento en la formación cultural de los hijos depende el sentirse inferior o sin identidad alguna o también extremos tal como infundir excesiva superioridad, discriminación y vanidad. De lo anterior surgen las razones para agruparse en múltiples actividades: trabajos, deportes, reuniones y demás situaciones de la sociedad.

Es de anotar, que la función de la familia de infundir la cultura en los hijos se ha ido perdiendo, ya sea por que el adolescente prefiere lo superfluo, lo pasajero y por otro lado la influencia de la aculturación en diferentes aspectos: la música, las modas, la tecnología y otras que los a llevado a la perdida de valores y su identidad.

### **9.3 TEST DE EDUCACIÓN SOBRE AUTOESTIMA**

La población total de estudiantes de los grados noveno (1,2,3,4,5 y 6) es de 275 de la que se tomo un 10% de muestra para la evaluación en estudio, de los cuales 20 presentan baja autoestima cuyas edades fluctúan entre los catorce y quince años de edad, de sexo masculino y femenino.

En el muestreo, se incluyó a estos alumnos por el grado de cercanía en nuestras prácticas pedagógicas, por lo que nos permitió mayores posibilidades de aplicar el test de educación sobre autoestima (Ver anexo A).

La población estuvo compuesta por estudiantes, pertenecientes al área educacional de enseñanza media, del área urbana y rural, de la ciudad de Pasto, de ellos se extrajo la información necesaria para nuestra evaluación. Obteniendo como resultados los siguientes:

### **9.4 CAUSAS Y EFECTOS DE LA BAJA AUTOESTIMA**

**9.4.1 Causas.** La baja autoestima se origina de los mayores sufrimientos, las enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis, y ciertos rasgos que

pueden no llegar a ser patológicos pero constituyen una fuente de insatisfacciones y de dolor: timidez, vergüenza, temores, trastornos psicósomáticos. Provenientes de:

- El mal trato de los padres a los hijos.
- Las heridas emocionales que tienen los adolescentes.
- El desprecio a los jóvenes por parte de personas mayores.
- No hay una buena comunicación entre compañeros.

En los estudiantes de los grados noveno que experimentan baja autoestima se pudo observar que suelen ser personas que no tiene plena confianza en las posibilidades propias, bien sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o de las personas importantes en la vida del adolescente que mediante mensajes de confirmación o desconfirmación refuerzan en sí mismo o lo denigran.

Los mensajes que reciben desde pequeños, mediante palabras o actitudes, que las personas cercanas transmiten, lo que los demás piensan de los adolescentes y lo que ellos piensan de sí mismos implican la elaboración subjetiva de tales mensajes, de esta manera se instaura una perspectiva personal que está en estrecha vinculación.

Ya desde el nombre que se les impone se forja un concepto social de quienes son, de modo inseparable para otros y para ellos mismos

**9.4.2 Consecuencias.** Una de las consecuencias de los adolescentes es la depresión que es un trastorno que se caracteriza por sentimientos persistentes de tristeza, desánimo, pérdida de la autoestima y ausencia de interés en las actividades comunes. Puede ser una respuesta transitoria a muchas situaciones de estrés. Este estado es común en la adolescencia, como consecuencia del proceso normal de maduración, de la influencia de las hormonas sexuales y de los conflictos de independencia con los padres. También puede ser una reacción a un suceso perturbador, como la muerte de un amigo o pariente, la ruptura con la novia o novio o el fracaso en la Institución.

Los adolescentes que tienen baja autoestima, que son muy autocríticos o que perciben poco sentido de control sobre los eventos negativos presentan un riesgo particular de deprimirse cuando experimentan eventos generadores de estrés. Por otra parte, la depresión persistente, el rendimiento escolar inestable, las relaciones caóticas con familiares y amigos, el abuso de sustancias y otros comportamientos negativos pueden indicar un episodio depresivo serio.

## 10. OBJETIVO PEDAGÓGICO

### PROGRAMA PARA UNA ESCUELA DE PADRES DE ESTUDIANTES CON BAJA AUTOESTIMA

*“La Escuela de Padres, entendida como un proceso sistemático y progresivo de educación continuada que ofrece a la familia elementos y medios para asumir, en forma consciente y responsable, su vocación y misión de educar integralmente a los hijos”.*

#### INTRODUCCION

Al realizar esta propuesta de aumentar la autoestima se buscar mecanismos que favorezcan las relaciones más humanas en la familia, mediante el diálogo, el saber escuchar, el preocuparse unos por otros y, así, ayudar al proceso de personalización de sus miembros. Como también propiciar el ambiente para que la familia tome conciencia de lo que debe llegar a ser: Centro de intimidad y centro de apertura. Dialogar sobre los valores y antivalores que favorecen o atacan a la familia en el mundo de hoy.

Permitir a los padres y a los hijos otro tipo de comunicación no verbal, con el apoyo de los signos, su simbología y significado.

Ayudar a las familias a comprender la importancia que tiene el diálogo y las reuniones, como medios de apoyo y crecimiento mutuos.

Apoyar el futuro de los hijos, a través de la aceptación de sí mismos y sus circunstancias, como responsables de ellos y de quienes los rodean.

Continuar el proceso de autoestima, valoración y crecimiento personal, para que se proyecte en sus hijos.

#### OBJETIVO

Estructura un programa para la formación de una Escuela de Padres que fortalezca la Autoestima de los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.

Detectado el problema de baja autoestima en la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, se concluye que la base de este problema se da en el hogar, por lo tanto desde la pedagogía, se ve la necesidad de hacer un aporte directo al problema de la baja autoestima que se presenta en los estudiantes de los grados

novenos, orientando a los padres e hijos por medio de talleres sobre la autoestima y la integración a través de dinámicas.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Realizar Talleres para elevar la autoestima en los estudiantes del grado noveno con la participación de los padres de familia.
- Desarrollar actividades de integración entre padres e hijos

### **JUSTIFICACIÓN**

Los jóvenes crecen y se forman, en un mundo carente de sensibilidad social, de respeto por la vida y por los derechos humanos, en medio del derrumbe de los modelos sociales adultos.

En el presente trabajo realizado en la I.E.M.C.P., se detectó 20 estudiantes con baja autoestima de los grados novenos, para lo cual se busca disminuir este problema por medio de para elevar la autoestima de los estudiantes, mediante la integración de padres e hijos, promover y fortalecer relaciones más sanas y positivas tanto en el interior de la familia como con su entorno social. Este es un trabajo compartido y complementario con profesionales que se ocupan del ser humano en sus distintas áreas.(corporales, sociales, psíquicas y cognitivas). Con lo anterior se busca reconstruir el tejido social.

### **METODOLOGIA**

- Seleccionar el grupo interdisciplinario para el desarrollo de los talleres, con el propósito de elevar la autoestima.
- Tiempo de trabajo: Se desarrollaran en un mes, en cuatro sesiones programadas los días sábado, en la jornada de la mañana.
- Citar a los padres de familia de los estudiantes que presentan baja autoestima.
- Presentación de: docentes, del grupo interdisciplinario conformado por psicóloga, terapeuta ocupacional, estudiantes y padres de familia, como también la presentación de los talleres a desarrollar.
- Bienvenida y breve presentación de quienes coordinan.
- Motivación: Por medio de una dinámica de integración de todos los participantes. (Dinámica del carrusel)
- Sensibilización: Proyección de mensajes en diapositivas.

- Desarrollo de talleres con padres y estudiantes que presentan baja autoestima.

### **TALLER 1: LA AUTOESTIMA**

**OBJETIVO:** Destacar la importancia que tiene la autoestima ante los Padres, para desarrollarla y promoverla en los Hijos, contribuyendo en su rendimiento escolar como en su desarrollo integral.

#### **MATERIAL PEDAGOGICO REQUERIDO:**

- Audiovisual de “El extraño caso del cangurito”, en el que se muestre la sobreprotección de los hijos. (Aquí se presenta en forma de relato).
- Retroproyector o p pelografo.
- Video - Bin. (Para la charla de los documentos de consulta).
- lápices y papel.
- fotocopias de instrumentos de trabajo Nos. 1 (“Relaciones padres e hijos”). 2 (“El extraño caso del cangurito”) y 3 (“Diez mandamientos para establecer relaciones positivas con los hijos y ayudarlos a construir una buena autoestima”).
- Planilla para llevar un control.

#### **PROCESO METODOLOGICO:**

- Bienvenida y breve presentación de quienes coordinan.
- Presentación del por qué y el para qué de estos talleres.
- Trabajo personal sobre el instrumento No. 1: “Relaciones Padres e Hijos”. (Contestarlos individualmente y guardarlo hasta cuando el coordinador explique el tema).
- Audiovisual: “El extraño caso del cangurito” o, alguno que cumpla el objetivo de este taller.
  - Proyección.
  - Uso de instrumento No. 2: “El extraño caso del cangurito”.
- Exposición sobre la Autoestima, I parte.
- Miniplenaria, en el que se pueden confrontar familiarmente con el resultado que da el instrumento No. 1: “Relación Padres e Hijos”.

- Autoritarios: 1, 3, 5, 8, 13, 16.
  - Permisivos: 2, 6, 7, 11, 14, 17.
  - Eficaces: 4, 9, 10, 12, 15, 18.
  - Al final, podrían decir, en forma voluntaria.
- Exposición sobre la Autoestima, II parte: Las Relaciones entre Padres e hijos”.
  - Breve dialogo (durante 6 minutos). Conversan los cónyuges entre sí o con un vecino sobre: los casos concretos en los que se han manifestado como Padres Autocríticos, como Padres Sobreprotectores, como Padres Despreocupados o como Padres eficaces.
  - Uso del instrumento No. 3: “Diez Mandamientos para establecer relaciones positivas con los hijos y ayudar a construir una buena Autoestima”.
  - En pequeños grupos, leer detenidamente el instrumento y comentar la forma practica de aplicarlo en su hogar.
  - Comentarios espontáneos sobre el trabajo en grupos con la orientación de la Psicóloga y la Terapeuta Ocupacional (T.O) y los docentes.

## **TALLER 2: LA COMUNICACIÓN**

**OBJETIVO:** Reflexionar acerca de la importancia de una comunicación asertiva entre Padres e Hijos para mejorar sus relaciones y su calidad de vida.

### **Material Pedagógico Requerido:**

- Fotocopias de los instrumentos No. 1 (“Mis actitudes al hablar con mis hijos2) y No. 2 (“Ejercicios de respuestas”).
- Tablero.
- Video - Bin. (Para la charla de los documentos de consulta).
- Lápices.
- Papel en blanco.
- Planilla de asistencia.

### **Proceso Metodológico:**

- Saludo y bienvenida.

- Ambientación general: motivar y orientar hacia los requerimientos para una buena comunicación.
  - Trabajo de reflexión personal: Instrumento No. 1: “Mis actitudes al hablar con mis hijos”. Cada papá toma la hoja y en el lado izquierdo de las frases escriben:
    - ✓ Tres cruces, si sus actitudes más usuales son las que se describen en ella.
    - ✓ Dos cruces, si a veces se comporta de esa manera.
- Una cruz, si casi nunca o jamás, se manifiesta así.
- Dialogo con el cónyuge: Compartir sus “calificaciones” y mostrar cómo se ven a sí mismos.
- Plenario: Quienes deseen, pueden manifestar lo que quieran del diálogo.
- Resultados del Instrumento: El coordinador podrá clarificar el Instrumento de acuerdo con las siguientes categorías:
  - Afirmación No. 1: “Papá comandante en jefe”.
  - Afirmación No. 2: “papá Moralista”.
  - Afirmación No. 3: “Papá Sabelotodo” o “Papá argumentos”.
  - Afirmación No. 4: “Papá Consejero”.
  - Afirmación No. 5: “Papá Juez”.
  - Afirmación No. 6: “Papá Critico”.
  - Afirmación No. 5: “Papá Psicológico”.
  - Afirmación No. 5: “Papá Consolador”.
- Reflexión sobre el documento de consulta: “Exposición sobre la Comunicación”.
- utilización del Instrumento no. 2: “Ejercicio de respuesta”.
- Aplicaciones concretas al Hogar: trabajo por parejas de cónyuges con las preguntas:
  - ¿Cómo podemos aplicar esta teoría a nuestra vida de familia?
  - ¿Qué podemos mejorar en el campo de la comunicación?
- Evaluación: ¿Cómo nos hemos sentido en este taller? ¿Qué podríamos mejorar para el siguiente?

### **TALLER 3: EL ESTIMULO**

**OBJETIVO:** Valorar el estímulo en los estudiantes como un factor de crecimiento personal, escolar y familiar para fortalecer la autoestima.

#### **Material Pedagógico Requerido:**

- Audiovisual “Las Decisiones del Señor Búho”, se aprecia la manipulación de los padres a los hijos.
- Grabadora.
- Fotocopias de las guías. instrumentos Nos. 1 (“Las Decisiones del Señor Búho”). 2 (“Estimular a los Hijos”) y 3 (“Estímulo y Elogio”).
- Tablero.
- Video - Bin.
- Lápices.
- Planilla de asistencia.

#### **Proceso Metodológico:**

- Saludo y bienvenida. Recordar brevemente lo tratado en la sesión sobre la Comunicación y esbozar el objetivo que nos proponemos.
- Proyección del audiovisual “Las Decisiones del Señor Búho” u otro análogo, en el que se denoten las diversas maneras de estimular, o no, a los hijos.
  - Uso del Instrumento N° 1: “Las Decisiones del Señor Búho”, en pequeños grupos.
  - Plenario: Compartir algunas de las respuestas.
- Exposición síntesis sobre el Estímulo, Primera Parte.
- Desarrollo del Instrumento N° 2: “Estimular a los Hijos”.
  - Trabajo en pequeños grupos.
  - Plenario: Confrontación y análisis de respuestas, corrigiendo las que no sean estimulantes.
- Exposición sobre el Estímulo, Segunda Parte: “Cuadros comparativos entre el Elogio y el Estímulo”.

- Desarrollo del Instrumento N° 3: “Estímulo y Elogio”.
  - Contestar individualmente la guía
  - Compartir las respuestas. Precisar cuáles son las estimulantes y cuáles las elogiantes, dando razones.
- Compromisos para la vida hogareña. Pueden ser dialogados entre los cónyuges.
- Evaluación y control de asistencia.

#### **TALLER 4: EL COMPORTAMIENTO**

**OBJETIVO:** Promover el buen trato entre los Padres para motivar a sus hijos, que se vera reflejado en el buen comportamiento.

#### **Material Pedagógico Requerido:**

- Acetatos o carteleras. (Según la forma como se expongan los Documentos de Consulta).
- Video - Bin.
- Lápices
- Hojas de Instrumentos N° 1 (“Nuestros hijos crecen”), 2 (“Identificación de los objetivos del comportamiento inadecuado”), 3 (“Constelaciones familiares”), 4 (“El comportamiento de nuestros hijos”).
- Fichas de asistencia.

#### **Proceso Metodológico:**

- Saludo y bienvenida.
- Motivación
- Desarrollo del instrumento individualmente
  - Contestar el instrumento individualmente
  - Comentarios, en plenario, espontáneamente.
- Breve exposición temática sobre el comportamiento, I Parte.

- Desarrollo del instrumento N° 2: “Identificación de los objetivos del comportamiento inadecuado”.
  - Contestar el instrumento en grupos
  - Plenario: Comentarios sobre las respuestas.
- Continuación de la exposición, II parte, hasta iniciar las Constelaciones Familiares.
  - Desarrollo del instrumento N° 3: “Constelaciones Familiares”.
    - ✓ Se conforman los grupos, teniendo en cuenta el lugar que cada padre ocupa en su propia Familia.  
(Se reúnen así: Quienes son hijos mayores, con los que también lo han sido. Los menores, con los mismos. Los intermedios, con sus colegas y los hijos únicos, con quienes no tuvieron más hermanos, en sus respectivos hogares).
    - ✓ Comentan sus experiencias, en cuanto a costumbres, juegos, trabajos, vestidos, etc.
    - ✓ Luego, pueden confrontarse con el Instrumento N° 3: “Constelaciones Familiares”, ante su respectiva vivencia.
      - Puesta en común del trabajo realizado.
      - Continuación de la exposición
- Aplicación del taller a la vida del Hogar: Comentarios en parejas de cónyuges, para trazar líneas de acción concretas.
- Proponer, como tarea para dialogar en la casa, el uso del instrumento N° 4: “El comportamiento de nuestros hijos”.
- Evaluación y control de asistencia.

## **TALLER 5: LA DISCIPLINA**

**OBJETIVO:** Fortalecer la disciplina de los hijos a través de la autoridad, ganándose el respeto por amor y no por temor; contribuyendo a la formación de valores para una mejor convivencia.

### **Material Pedagógico Requerido:**

- Fotocopias de los Instrumentos N° 1 (“Disciplina y Consecuencias”) y 2 (“La Responsabilidad”).

- Tablero, lápices.
- Video - Bin.
- Papel en blanco.
- Fichas de asistencia.

### **Proceso Metodológico:**

- Saludo y bienvenida. Recordar el objetivo de este taller: Proponer algunos medios para el uso de las consecuencias lógicas y naturales, como un método de disciplina de los hijos.
- Trabajo en pequeños grupos de vecinos: ¿Cuál es la mayor dificultad que tenemos respecto a la disciplina con nuestros hijos?
  - Dialogar y seleccionar una sola, por grupo.
  - Plenario: Puesta en común. Uso del tablero, para sacar las constantes (o repeticiones que se den). Buscar la prioridad de los problemas que han surgido: Los primeros y principales que viven en sus hogares.
- Exposición sobre la Disciplina, I Parte.
- Uso del Instrumento N° 1: (“Disciplina y Consecuencias”). Es conveniente aplicarlo, antes de continuar la exposición sobre los castigos.
  - Contestar la guía, a nivel personal.
  - Puesta en común. Aclaración de dudas e inquietudes que hayan quedado.
- Exposición sobre la Disciplina, II parte.
- Uso del Instrumento N° 2: “La Responsabilidad”.
  - Contestarlo en pequeños grupos.
  - Comentarios en plenario.
- Evaluación.

### **METAS**

#### **A CORTO PLAZO:**

Dar orientación a los estudiantes que presentan baja autoestima en conjunto con sus padres.

Dar talleres acerca de la autoestima, comunicación, estímulo, el comportamiento, la disciplina y la responsabilidad.

Dinámicas de integración entre padres e hijos.

**A MEDIANO PLAZO:**

Continuar con los talleres sobre la autoestima.

Adquirir el compromiso entre padres e hijos para fortalecer la autoestima.

**A LARGO PLAZO:**

Que los estudiantes con baja autoestima hayan superado este problema y se integren a la familia, al grupo estudiantil y a la sociedad.

**BENEFICIARIOS:**

**Directos:** 20 estudiantes de los grados novenos de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto. Cede principal.

**Indirectos:** Padres de familia, compañeros y docentes.

**ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO:**

**DOCENTES:** EUSEBIO PABON  
JORGE LUIS MATTA.  
GUILLERMO GERMAN ROJAS B.

**Productos:** Plegable de los talleres.

**Recursos necesarios**

**Talento Humano:** Docentes, Psicóloga, Terapeuta Ocupacional.

**Recurso Físico:** Sala múltiple y recintos abiertos de la institución.

<b>CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES</b>		
<b>RESPONSABLES</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>DIA / HORA</b>
Docentes: Eusebio Pavón. Jorge Matta. Germán Rojas Psicóloga. Terapeuta Ocupacional Bertha Maya.	- Taller sobre autoestima	SABADO 8 a 11 a.m.
Docentes: Eusebio Pavón. Jorge Matta. Germán Rojas Psicóloga. Terapeuta Ocupacional Bertha Maya.	- Taller sobre la comunicación y el estímulo.  - Dinámica grupal: Relajación.	SABADO 8 a 10 a.m.  10 a 11 a.m.
Docentes: Eusebio Pavón. Jorge Matta. Germán Rojas Psicóloga. Terapeuta Ocupacional Bertha Maya.	- Taller sobre el comportamiento.  - Dinámica grupal: - Expresión corporal: - Fútbol de salón	SABADO 8 a 10 a.m.  10 a 11 a.m.
Docentes: Eusebio Pavón. Jorge Matta. Germán Rojas Psicóloga. Terapeuta Ocupacional Bertha Maya.	- Taller sobre la disciplina y la responsabilidad.  - Dinámica grupal: Bailoterapia.	SABADO 8 a 10 a.m.  10 a 11 a.m.

## **TALLER EVALUATIVO SINCERIDAD**

### **OBJETIVO:**

Brindar un espacio de reflexión acerca de la relación entre padres e hijos, con el fin de posibilitar compromisos y cambios, con el apoyo de docentes y un grupo interdisciplinario.

### **Material didáctico pedagógico requerido:**

- Fotocopias guías de trabajo
- Lapiceros
- Sillas

### **Procesos metodológicos.**

El proceso de trabajo se realizará de manera dinámica y participativa, donde padres e hijos tendrán un espacio de expresión libre, de sentimientos y pensamientos, en un ambiente de confianza y respeto.

El facilitador orientará los aspectos de reflexión y retroalimentación, propiciando a que los participantes asuman compromisos que contribuirán para mejorar sus relaciones familiares.

### **Desarrollo del Taller**

- Saludo de bienvenida
- Dinámica para romper el hielo
- Presentación del objetivo del taller
- Dinámica de presentación de los participantes
- Entrega de una guía de trabajo individual, tanto para padres como para sus hijos. “La imagen de los padres” (ver guía página siguiente).
- Diligenciamiento de la guía.
- Socialización del desarrollo de la guía entre cada padre con su hijo.
- Socialización de la experiencia con todos los participantes ¿cómo se sintieron?, ¿qué encontraron?, ¿qué piensan?
- Retroalimentación del tema por parte del facilitador.
- Establecimiento de compromisos de padres e hijos, docentes y equipo interdisciplinario.

## **COLEGIO CIUDAD DE PASTO**

### **ENCUENTRO PADRES E HIJOS GRADOS: 9**

#### **LA IMAGEN DE LOS PADRES**

A continuación encontrarás un cuestionario, el cual debes responder con sinceridad, pues de ello depende que se produzca una reflexión profunda que posibilite el planteamiento de compromisos y cambios en su relación con sus hijos.

Si mis hijos me dieran un premio por ser un buen padre (madre) de familia, ¿por cuál razón en primer lugar –pienso yo que me la darían? (describe tu mejor cualidad).

Si estuviera en el banquillo de los acusados y mis hijos fueran los encargados de juzgarme como padre (madre), ¿de qué me encontrarían culpable?

---

Cómo me evalúo como padre o madre de familia.

---

---

- Que hago mucho oficio y casi nunca me divierto.
- Que soy quien manda en la cada
- Que soy su mejor amigo(a)
- Que comparto sus alegrías y problemas
- Que trabajo mucho y no tengo tiempo para él.
- Que no le permito hacer nada por el mismo.
- Que lo quiero mucho y aprecio lo que él hace.
- Que atiendo sus necesidades y lo hago sentir amado.
- Que lo comparo siempre con sus hermanos y/o amigos.
- Que soy una persona en la que se puede confiar.
- Que siempre debe hacerse lo que yo quiero.
- Que quiero que él sea una copia mía.
- Que no le permito equivocarse.
- Que lo corrijo sin humillarlo ni maltratarlo.
- Que soy simpático(a) mis amigos(as) y muy serio(a) con él.
- Que siempre estoy detrás de él diciéndole qué hacer.
- Que casi nunca estoy con él pero le doy las cosas y dinero que me pide.
- Que me preocupo por él y no por mi
- Que pido y valoro sus opiniones
- Que soy responsable

## **CONCLUSIONES**

- Los adolescentes reconocerán las dificultades y se comprometerán con sus padres a superarlas.
- Los padres admitirán sus errores y se comprometerán con sus hijos a lograr los propósitos adquiridos.
- Los docentes y el grupo interdisciplinario se comprometerán a prestar orientación y asesoría a los estudiantes con dificultad.
- Los estudiantes se responsabilizarán a tener una responsabilidad escolar.

## 11. RECOMENDACIONES

La creatividad debe ser propósito, responsabilidad y compromiso de la educación, teniendo en cuenta el objetivo formativo y de crecimiento humano que la comprometen. La creatividad es la clave de la educación y dentro de un concepto más amplio, la solución a los problemas más importantes de la humanidad. En este sentido, se propone a la creatividad como eje conductor del quehacer educativo, que consolide y teja un modelo integral pedagógico desde los ambientes psicosocial, didáctico y físico, de manera que atiendan el desarrollo y fortalecimiento de las capacidades de pensamiento, la construcción y apropiación del conocimiento, particularmente la capacidad de solución creativa de retos y la capacidad de logro, considerando que en la formación de agentes educativos transformadores, configuradores de sus propios mundos y destinos, a partir de la oportunidad del medio y en las condiciones de conflicto en la que estamos inmersos, lograremos una acción educativa de amplio impacto y cobertura, donde las nuevas generaciones educadas con el aporte de este modelo podrán, muy seguramente, edificar los cimientos para una sociedad en plenitud de desarrollo y equilibrio.

- **Autoestima en la familia**

Los padres deben estar dispuestos a dar el tiempo necesario para compartir con sus hijos, escucharlos atentamente mirándolos a los ojos, deben dar ejemplo con actitudes coherentes para que los hijos vayan adquiriendo responsabilidad y buenos hábitos.

En la vida de pareja debe haber creatividad e iniciativa eso contagiará a toda la familia, si la pareja va bien, los hijos aprenden su “educación sentimental” simplemente viendo cómo se tratan papá y mamá, viendo que se admiran, se halagan, se alaban, son cómplices. Cuando sean adultos tomarán esta actitud para con sus parejas.

Hay que conocer y aceptar las limitaciones, de los cónyuges y la de los hijos. Pero es importantísimo no criticar al otro ante la familia, no criticar al cónyuge ante los hijos, o a un hijo ante los hermanos, comparando a un hermano “bueno” con uno “malo”. Eso hace sufrir al hijo y le quita autoestima. Es mejor llevarlo aparte y hablar.

Es importante que los padres enseñen a los hijos a construir un proyecto personal de vida para tener un nivel de aspiración alto, pero realista, esto ayuda a valorarse y a tener una buena autoestima.

Enseñar a nuestros hijos, disciplinarlos a actuar en diversas situaciones, formando parte en su proceso de desarrollo, fortalece en gran manera la relación entre padres e hijos, no solo ayudándolos a afrontar la vida sino también a tomar sus propias decisiones

- **Manejo de los jóvenes con baja autoestima en la institución educativa**

El bajo estatus socioeconómico, el bajo nivel educativo, el desempleo en la familia, el desplazamiento, el género y factores culturales son considerados factores de riesgo para los adolescentes por lo tanto es importante reconocer cuando un joven está en situación de baja autoestima y necesita ayuda.

Como docentes, con la ayuda del profesional idóneo se deben aprender a trabajar a los jóvenes que presentan este tipo de situaciones.

Para lograr este objetivo se debe trabajar en equipo institucional y con los padres de familia de los estudiantes afectados, recomendando que en situaciones de baja autoestima se le de un enfoque desde los aspectos positivos de la Salud Mental a través de la creatividad. Utilizando materiales de información que sea comprensible y proponga reacciones adecuadas para el enfrentamiento de su propia tensión, y posibles enfermedades mentales. Dando el apoyo psicológico y terapéutico para su tratamiento.

Una vez realizada la evaluación de la autoestima en los estudiantes del grado noveno y detectados alumnos con baja autoestima se recomienda a los docentes remitirlos al psicólogo y/o a la Terapeuta Ocupacional de la Institución para seguir su respectivo tratamiento.

Cuando el psicólogo y la Terapeuta Ocupacional hayan hecho su tratamiento con estos jóvenes de baja autoestima se solicitará que dichos profesionales envíen a los docentes y padres un plan a seguir para que estos estudiantes se integren al grupo y logren alcanzar metas.

Es de vital importancia que todos los directores de grupo de la I.E.M.C.P. evalúen a los estudiantes con el objeto de detectar un mayor grupo de estudiantes con este problema y solucionarlo para que ellos tengan un mejor futuro.

A los compañeros maestros de este pos-grado se sugiere que este proyecto trascienda a las diferentes instituciones a través de los docentes conjuntamente con el equipo interdisciplinario de salud, además se recomienda se retome este tema por los futuros estudiantes de la Pedagogía De La Creatividad como tesis para que busquen nuevas alternativas por medio de la creatividad y así dar solución a los estudiantes que presentan baja autoestima y poder mejorar su calidad de vida

## BIBLIOGRAFIA

ANDER EGG, Ezequiel. Hacia una Pedagogía Autogestionaria. Ed. Humanista Buenos aires. 1986. 186 Pp.

ALCANTARA, José A. Como Educar La Autoestima. Edit. CEAC. S.A. España. 1993. 325 Pp.

AUSBEL, David Paul. Teorías del Aprendizaje Significativo. México. 2ª e. Ed. Trillas. 1976. 323 Pp.

AUSTIN, Jhon. Cómo hacer cosas con las palabras. Barcelona: Paidós, 1999.

BIANCHI de ZIZZIAS, Elia Ana. Estrategias lúdicas para la Alfabetización. Procesadora pedagógica Beatriz CABA.

BORDIEU, Pierre. ¿Qué significa hablar?. Barcelona: Akal, 1999.

CARDONA. G. Mario. Taller Interdisciplinario de las Artes Exploracional del Yo. Medellín. s.e. s.f. 1992. p. 12 – 20.

CLARK, Clemens y BEAN. Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes, Ed. Debate.

COLEMAN, Daniel y otros., El espíritu creativo. Ed.Vergara. Bs. As., 2000.

DINELLO, R. La expresión lúdica creativa. Nordan. Uruguay 1991. Egan, K., Fantasía e imaginación: su poder en la enseñanza, Morata, Madrid, 1999.

ELKINS, Monografías. Com/autoestima 2. Shtml.

HOPKINS, Roy, Adolescencia. Años de transición. Editorial Pirámide. Huizinga, J. Homo ludens. Alianza/Emecé. Buenos Aires.2001.

LAIES, Gustavo. Godbeter. Ciencias Sociales y Educación Cívica Hacia la Organización Social. Ed. Estrada. Buenos Aires. 1995. 389 Pp.

MAYA, Bertha L. Test de Educación de Terapia Ocupacional de la Autoestima. 2005.

PIAGET, Jean. Psicología de la Inteligencia. Ed. Siglo XX. Buenos Aires. 1969. 200 Pp.

REYES, GOMEZ Melba. El Taller en el Trabajo Social. En: Misnerman. s.e. s.f. 1999. p. 10 – 32.

RODRIGUEZ, Jorge, MENESES, Guillermo, ARGUETA, Danilo. Recuperación Psicosocial Mediante Expresiones Dinámico Creativas. Ed. Ministerio de Salud Pública Social. Guatemala. 1998. 43 Pp. ROGERS READER, Carl. Orientación psicológica y psicoterapia. Madrid: Narcea. 1978.

ROGERS, C. y Mariam KINGET. Psicoterapia y relaciones humanas. Ed. Alfaguara Tomo II. Madrid. 1971.

ROGERS, Carl. Libertad y Creatividad en la Educación: Edit. Paidós. España. 1991

OÑATIVIA, Oscar. Percepción y Creatividad. Ed. Humanitas. Buenos Aires. 1977 Prado David.

RODRIGUEZ, Jorge, MENESES, Guillermo, ARGUETA, Danilo. Recuperación Psicosocial Mediante Expresiones Dinámico Creativas. Ed. Ministerio de Salud Pública Social. Guatemala. 1998. 11 Pp.

SHEEMAN, E. (2000): Cómo mejorar tu autoestima. Madrid. Ed. Océano.

SPACKMAN, Williard. Terapia Ocupacional. Ed. Médica Panamericana. Pensilvania. 1982. 946 Pp.

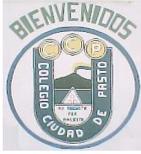
KISNERMAN, Natalid. Los , Ambiente de formación. En: De Barros. Ed. Humanista. Buenos aires 1997. 220 Pp.

Textos tomados de Internet:

<http://www.monografias.com/trabajos10/carso/carso.shtml> Características de la autoestima positiva.

<http://www.psicologiacientifica.com/publicaciones/biblioteca/articulos/ar-caballero01.htm>.

**ANEXOS**



**INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL "CIUDAD DE PASTO"**  
**NIT. 800092592 -4**

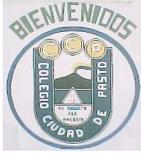
**TERAPIA OCUPACIONAL**  
**FORMATO DE OBSERVACION (AUTOESTIMA)**

**BERTA LIBIA MAYA M.**  
**TERAPEUTA OCUPACIONAL.**

El siguiente formato esta compuesto por enunciados que permiten evaluar a través de la observación el grado de autoestima en los estudiantes del grado noveno de dicha institución,

<b>SEGUIMIENTO DE OBSERVACIÓN</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. El estudiante se observa alegre.		
2. Incómodo con la gente que no conoce.		
3. Dependiente de otros.		
4. Los retos representan una amenaza para sí mismo.		
5. Se ve triste.		
6. Se siente cómodo con la gente que no conoce.		
7. Cuando las cosas le salen mal se siente culpable.		
8. Demuestra que es agradable a los demás.		
9. Si las cosas le salen bien se ve satisfecho.		
10. Rectifica sus errores.		
11. Demuestra ser menos importante que los demás.		
12. Hace lo que los demás quieren para sentirse aceptado		
13. Demuestra ser más importante que los demás.		
14. Se observa negativo ante toda situación.		
15. Se ve positivo ante toda situación.		
16. Se ve que se siente a gusto con su físico.		
17. Se ve que no se siente a gusto con su físico.		

18. Expresa abiertamente sus sentimientos.		
19. Es reservado en sus sentimientos.		
20. Se alegra cuando otros fracasan en sus intentos.		
21. Realmente es tímido(a).		
22. Acepta los retos sin pensarlo.		
23. A menudo expresa que los demás cometen más errores que El (Ella).		
24. Demuestra ser agresivo(a).		
25. Se alegra cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.		
<b>TOTAL</b>		



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL “CIUDAD DE PASTO”  
NIT. 800092592 –4**

**TERAPIA OCUPACIONAL  
PREGUNTAS DE ENTREVISTA PERSONAL**

**BERTA LIBIA MAYA M.  
TERAPEUTA OCUPACIONAL.**

Las siguientes preguntas permiten identificar el nivel de autoestima que presentan los estudiantes del grado noveno de dicha institución,

1. ¿En que barrio vives?
2. ¿Quienes conforman tu familia?
3. ¿Quién esta pendiente de tu rendimiento escolar?
4. ¿Estas por tu propia voluntad en el colegio?
5. ¿Buscas pretextos para no asistir al colegio o a clases?
6. ¿Cómo es la relación con tus compañeros y profesores?
7. ¿En caso de tener algún problema a quien acudes....?
8. ¿Papá y mamá trabajan fuera de casa?
9. ¿En que entidad y cual es su jornada de trabajo?
10. ¿Que momentos compartes con tus padres?
11. ¿Con quién permanece más en casa: papá, mamá o que otro familiar?
12. ¿Cuándo permaneces solo en casa compartes con tus amigos o con quien?
13. ¿Hay normas y reglas en tu hogar, las respetas?
14. ¿Te permiten salir en la noche los fines de semana?
15. ¿Hasta que hora te permiten permanecer fuera de casa?
16. ¿A que actividades te dedicas con tus amigos?
17. ¿Te has enamorado?
18. ¿Te deprimas cuando tienes algún conflicto... que haces?
19. ¿reconoces tus faltas o buscas culpar a alguien?
20. ¿Eres agresivo o tolerante?



**INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL "CIUDAD DE PASTO"**  
**NIT. 800092592 -4**

**TERAPIA OCUPACIONAL**  
**TEST DE EDUCACIÓN SOBRE AUTOESTIMA**

**FECHA:** \_\_\_\_\_ **GRADO:** \_\_\_\_\_ **SEXO:** F \_\_\_ M \_\_\_

A continuación encontrarás una serie de interrogantes que permitirán conocer tus actitudes. En general, no existen respuestas correctas o incorrectas, porque los adolescentes tienen distintos intereses y ven las cosas desde distintos puntos de vista. Contesta con sinceridad; de esta forma se podrá conocer mejor tu forma de ser, pensar y actuar. Este test sólo ofrece orientación y carece de valor diagnóstico.\*

1. ¿Cuándo tienes problemas, a quien pides ayuda?

- A tus padres
- Familiares
- Docentes
- Amigos
- Compañeros

2. ¿Cuándo tienes algún problema, te deprimas con gran facilidad?

- SI
- NO

Porqué?

---

3. ¿Cuándo estás en grupo te cuesta tomar decisiones?

- Depende de la confianza que tenga con la gente del grupo, me cuesta más o menos.
- Normalmente no me cuesta tomar decisiones, sea donde sea.
- Sí, me suele costar mucho tomar cualquier decisión cuando estoy en grupo.

4. Si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta... ¿Qué cambiarías?

- Bastantes cosas para así sentirte mucho mejor y estar más a gusto con la gente.
- Estaría bien, pero no creo que cambiaría nada esencial de mi vida.
- No creo que necesite cambiar nada de mí.

5. ¿Has logrado éxitos en tu vida?

- Sí, unos cuantos.
  - Sí, creo que todo lo que hago es ya un éxito.
  - No.
- 

\* Test modificado por la Terapeuta Ocupacional BERTNA L. MAYA. M.

6. Que haces cuando tu Profesor te regaña en voz bastante alta por un trabajo tuyo diciendo que está mal hecho...

- Le escucho atentamente, procurando que la conversación se desvíe a una crítica constructiva y poder aprender de mis errores.
- Que eleve la voz no se justifica en ningún caso. No tiene ningún derecho a tratarme así, por lo que no puedo escuchar lo que me dice hasta que no baje su tono de voz.
- Me molesta que me regañe y lo paso mal.

7. Te preocupa mucho la impresión que causas sobre los demás, si caes bien o no...

- Mucho, no soporto que alguien me rechace y tenga mala imagen de mí.
- No siempre, sólo cuando me interesa especialmente la amistad de la otra persona.
- Lo que los demás piensen de mí no influirá en mi forma de ser.

8. ¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?

- Sí, aunque me llevo algunos disgustos.
- Sí y disfruto conociéndome a mi mismo a través de los otros.
- No pregunto nada, por si acaso me encuentro con respuestas que hubiera preferido no escuchar.

9. ¿Crees que podrías lograr cualquier cosa que te propusieras?

- Sólo algunas cosas de las que pienso son posibles.
- Me cuesta conseguir lo que quiero, no creo que pudiera.
- Con trabajo, suerte y confianza, seguro que sí.

10. ¿Estás convencido de que tu estudio tiene valor?

- No estoy convencido, pero hago lo que puedo para que tenga un valor.
- No, más bien pienso que muchas veces no tiene valor alguno.
- Estoy convencido de que tiene mucho valor.

11. Te consideras una persona tímida...

- Depende del ambiente en que me mueva puedo ser más o menos tímido(a).
- No me cuesta hacer amigos ni relacionarme en cualquier situación.
- Creo que soy una persona especialmente tímida.

12. ¿Te has sentido herido alguna vez por lo que te ha dicho otra persona?

- Sí, me he sentido herido muchas veces.
- No hay nada que puedan decir que pueda herirme.
- Sí, pero sólo por palabras dichas por personas muy allegadas a mí.

13. Si pudieras cambiar algo de tu carácter, ¿qué cambiarías?

- Nada.
- No lo sé, son muchas cosas.
- Alguna cosa.

Cuál (es):\* \_\_\_\_\_

\* Test modificado por la Terapeuta Ocupacional BERTNA L. MAYA. M.

14. ¿Algunas veces has sentido que nadie te quiere?

- No es que lo sienta, es que es verdad nadie me quiere.
- Si, a veces siento que nadie me quiere.
- No, sólo en alguna ocasión siento que no me comprenden, pero no es lo mismo.
- Nunca me siento así, las personas que me rodean me aprecian.

15. Si en reuniones de estudio o grupos de trabajo, crees que tus ideas no se tienen en cuenta...

- Pienso que no merece la pena el esfuerzo porque mis ideas no son tan buenas como creía y procuro atender a las ideas de los otros, dejando en adelante de ofrecer más ideas.
- Lo considero una estadística desfavorable, pero continúo aportando mis ideas si se me ocurre alguna interesante.
- Abandono el grupo, ya que mis ideas no son tenidas en cuenta y procuro formar otro en el que soy el líder o ir en solitario\*.

---

\* Test modificado por la Terapeuta Ocupacional BERTNA L. MAYA. M.

## ANEXO D

### OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

<b>TIPO DE INVESTIGACIÓN:</b> Evaluativa				
<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Evaluar la autoestima a través de instrumentos como entrevistas, observación y un test a los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, Jornada de la mañana.				
<b>CATEGORIA</b>	<b>SUBCATEGORIA</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	<b>FUENTES</b>	<b>PREGUNTAS ORIENTADORAS</b>
1. Evaluar la autoestima	Evaluación de la baja autoestima	Observación, entrevista, test.	Primaria, recolección de información directa.	Cómo se va a desarrollar la observación?  De qué manera se aplicará la entrevista?  Cómo se va a desarrollar el test?

## ANEXO E

### OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

<b>TIPO DE INVESTIGACIÓN:</b> Evaluativa				
<b>OBJETIVO ESPECIFICO:</b> Analizar las causas y efectos de la baja autoestima en los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, Jornada de la mañana.				
CATEGORIA	SUBCATEGORIA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	FUENTES	PREGUNTAS ORIENTADORAS
Causas y efectos de la baja autoestima	<p><b>Baja autoestima.</b> Es la incapacidad que tiene la persona para valorarse, no posee confianza en sí misma, siempre ve el lado negativo de las cosas.</p> <p><b>Causas:</b> Psicológicas, Familiares, Emocionales, Sociales, culturales, económicas, físicas.</p> <p><b>Efectos:</b> Depresión, estrés, malgenio, pérdida del interés en las actividades, somnolencia diurna excesiva, problemas para concentrarse, problema para tomar decisiones, sentimientos de minusvalía, tristeza o desprecio, sentimientos de culpabilidad, intento de suicidio.</p>	Observación, entrevista, test.	Primaria, secundaria.	<p>¿Qué es la baja autoestima?</p> <p>¿Cuáles son las causas de la baja autoestima?</p> <p>¿Cuáles son los efectos o síntomas que produce la baja autoestima?</p>

## ANEXO F

### OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

<b>TIPO DE INVESTIGACIÓN:</b> Evaluativa				
<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Estructurar un programa conducente a fortalecer la autoestima en coordinación con la Escuela de Padres de Familia.				
<b>CATEGORIA</b>	<b>SUBCATEGORIA</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	<b>FUENTES</b>	<b>PREGUNTAS ORIENTADORAS</b>
Propuesta Pedagógica	Desarrollo de talleres con padres de familia y estudiantes que presentan baja autoestima.	Textos, Internet, talleres, dinámicas, relajación, música clásica y de trans, grabadora, video bim.	Primaria: Estudiantes, padres de familia, Psicóloga, Terapeuta Ocupacional y Docentes.  Secundrias y terciaria.	¿Qué es la autoestima y cómo se fortalece?  ¿Qué es la comunicación, el estímulo, y en que les beneficia?  Por qué es importante el buen comportamiento?  ¿Cómo contribuye la disciplina?



**ANEXO G.  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO**



**ANEXO H.  
DESARROLLO DEL TEST DE EDUCACION SOBRE AUTOESTIMA**

**FOTO 1.**



**FOTO 2**



**ANEXO J.  
ORIENTACION POR PARTE DE LAS PSICOLOGAS**

**FOTO 3**



**FOTO 4**



**ANEXO K.  
PARTICIPACION ACTIVA DE ALGUNOS ESTUDIANTES  
PARA AFIANZAR SU PERSONALIDAD**

**FOTO 5**



**FOTO 6**



**ANEXO L.  
PROBLEMAS CON BAJA AUTOESTIMA**

**FOTO 7**



**FOTO 8**



**ANEXO M.  
DIALOGO CON LOS PADRES**

**FOTO 9**



**FOTO 10**



**ANEXO N.  
SOCIALIZACION SOBRE BAJA AUTOESTIMA ANTE LOS DOCENTES**

**FOTO 11**



**ANEXO P.  
APORTES DE LOS DOCENTES PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA**

**FOTO 12**

