

**FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES
DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT**

**ROSA AMELIA BENAVIDES GOYES
MIRIAM GLADYS CHAVES MERCHANCANO**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA PRIMARIA
ENFASIS CIENCIAS NATURALES
SEDE TUQUERRES**

2001

**FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES
DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT**

**ROSA AMELIA BENAVIDES GOYES
MIRIAM GLADYS CHAVES MERCHANCANO**

**Proyecto de grado presentado como requisito para optar el título de
Licenciatura en Educación Básica con Enfoque en Ciencias Naturales**

Asesora:

PATRICIA GONZALEZ

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA PRIMARIA
ENFOQUE CIENCIAS NATURALES
SEDE TUQUERRES**

2001

NOTA DE ACEPTACION

JURADO

JURADO

San Juan de Pasto, Noviembre de 2001

AGRADECIMIENTOS

La ejecución del Proyecto de Investigación es producto de la colaboración y apoyo de muchas personas:

A : Dios damos gracias por habernos permitido la existencia y su profunda protección.

A: La Universidad de Nariño, por habernos brindado el espacio de capacitación y perfeccionamiento para realizarnos como profesionales.

A: Nuestra Asesora Patricia González por su acompañamiento y dedicación en la orientación y realización del presente proyecto.

Un agradecimiento especial a quienes nos ayudaron en la corrección del proyecto y cuyos aportes nos fueron de gran utilidad como a: Martha Alicia López, profesora de Investigación, quien nos apoyó y colaboró para que este proyecto llegara a feliz término.

A mis dos hijos: Diego Alejandro, Jean Carlos, quienes desearían que practicara más las cosas que predico, por la paciencia que han tenido conmigo durante el período que duró la carrera.

A mi esposo Carlos, quien fue la persona que me impulsó a llevar a cabo esta profesión.

A mis padres quienes me dieron la vida y que gracias a Dios aún me acompañan.

A mi hermana Olga quien me ayudó y colaboró sin esperar nada a cambio; a sus hijos Yenith Eliseth y Luis Edwin quienes me brindaron su apoyo y me impulsaban ante los tropiezos que encontraba en el camino; como también a mis familiares y amigos quienes con palabras expresaron su apoyo para terminar con éxito la carrera.

Gracias.

Rosa.

Para mi amado hijo Camilo Alejandro con quien he compartido el dolor y el amor en todo el trayecto de mi carrera.

A mis padres a quienes les debo muchas cosas, una de ellas y la más importante es la vida.

A mis hermanas Omaira y Doris quienes me entendieron y me apoyaron en todo momento.

A mi amiga María Eugenia quien me impulsaba a seguir cuando quería desfallecer y en general a todos mis amigos y conocidos que me brindaron palabras de apoyo y solidaridad.

Myriam

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	1
1. EL PROBLEMA	5
1.1 TEMA	5
1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	5
1.3 SURGIMIENTO DEL ESTUDIO	6
1.4 FORMULACIÓN DEL ÁREA PROBLEMA	7
1.5 OBJETIVOS	7
1.5.1. General	7
1.5.2. Específicos	7
1.6. JUSTIFICACIÓN	8
2. MARCO REFERENCIAL	10
2.1 ANTECEDENTES	10
2.2 FUNDAMENTOS LEGALES	11

2.3 MARCO TEÓRICO	14
2.3.1 CONCEPTO DE AUTOESTIMA	14
2.3.2 AUTESTIMA BAJA	16
2.3.2.1 Actitudes o Posturas habituales que indican autoestima baja	18
2.3.3 AUTESTIMA ALTA	19
2.3.3.1 Características de la autoestima positiva	22
2.4 COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA	23
2.4.1 COGNITIVO	23
2.4.2 AFECTIVO	24
2.4.3 CONDUCTUAL	24
2.5 FORMACIÓN DE LA AUTOESTIMA	25
2.5.1 ETAPAS DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL	27
2.6 FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA	28
2.6.1 La Familia	28
2.6.2 La Sociedad	32
2.6.3 La Escuela	34

2.6.4 Los padres y educadores, base primordial para la construcción de la autoestima	37
2.6.5 Educación o Autoestima	41
2.7 EVOLUCION DE LA AUTOESTIMA	49
2.7.1 Hacia un buen autoconcepto	51
2.7.2 Salvando el autoconcepto	52
2.7.3 Hacia una buena autoimágen	53
2.7.4 Mejorando la autoimagen	55
2.7.5 Hacia una buen autoelogio	56
2.7.6 Mejorando el autoelogio	57
2.8 LA AUTOESTIMA COMO MEDIO DE SUPERACIÓN	57
2.9.1 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS	58
3. MARCO CONTEXTUAL	62
3.1 LA INSTITUCIÓN	62
3.1.1 FILOSOFÍA	63
3.1.2 VISIÓN	63
3.1.3 MISIÓN	64

3.1.4 OBJETIVOS	65
3.1.4.1 OBJETIVO GENERAL	65
3.1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	65
3.1.5 PERFILES	66
3.1.5.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE	66
3.1.5.2 PERFIL DEL DOCENTE	66
3.1.5.3 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA	67
3.1.6 VALORES	67
4. METODOLOGÍA	69
4.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN	69
4.2 POBLACION	70
4.3 RECOLECCION DE LA INFORMACION	70
4.4 VALORACION	71
4.5 INTERPRETACION	72
5. ANALISIS E INTERPRETACION DE LA INFORMACION	73
5.1. CARACTERIZACION DE LA POBLACION	73

5.2. TECNICAS DE RECOLECCION DE LA INFORMACION	74
5.3. INTERPRETACION DE RESULTADOS DE PRE-TEST	75
5.4. INTERPRETACION DE RESULTADOS DE POST-TEST	80
5.5. CONFRONTACION ENTRE PRE-TEST Y POST-TEST	84
5.6. PROGRAMA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA	87
6. PROPUESTA PEDAGOGICA	99
CONCLUSIONES	123
RECOMENDACIONES	124
BIBLIOGRAFIA	125
ANEXOS	127

TABLA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A. PLAN OPERATIVO	128
Anexo B. CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA	129

TABLA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. ESTUDIANTES GRADO QUINTO	73
Figura 2. DESARROLLO CUESTIONARIO PRE-TEST	75
Figura 3. DESARROLLO CUESTIONARIO POST-TEST	80
Figura 4. RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE TALLERES	84
Figura 5. RELACIONÁNDOME CON LOS DEMAS	87
Figura 6. IMAGEN CORPORAL	89

LISTA DE CUADROS

Pág.

Cuadro 1.	CARACTERISTICAS GENERALES DE LA POBLACION DE ESTUDIO	74
Cuadro 2.	DISTRIBUCION GENERAL DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO GIRARDOT EN LA APLICACIÓN DEL PRE-TEST	77
Cuadro 3.	DISTRIBUCION DEL NIVEL DE AUTOESTIMA CON RESPECTO AL GENERO DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT	78
Cuadro 4.	VALORES DE PORCENTAJE DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT DE ACUERDO A LAS OPCIONES EN LOS ITEMS	79
Cuadro 5.	DISTRIBUCION GENERAL DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT EN LA APLICACIÓN DEL POST-TEST	81
Cuadro 6.	DISTRIBUCION DE LA AUTOESTIMA CON RESPECTO AL GENERO, EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT	82
Cuadro 7.	VALORES DE PORCENTAJE DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT DE ACUERDO A LAS OPCIONES EN LOS DIFERENTES ITEMS	83
Cuadro 8.	RESULTADOS DE LAS INFERENCIAS DEL PRE-TEST Y	

	POST-TEST	85
Cuadro 9.	INFERENCIAS DE LA CONFRONTACION DEL PRE- TEST Y POST- TEST EN CUANTO AL GENERO	86

RESUMEN ANALITICO DE ESTUDIO

CODIGOS: 36.930.508
36.934.455

**PROGRAMA ACADEMICO: LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON
ENFASIS EN CIENCIAS NATURALES**

**AUTORAS: ROSA AMELIA BENAVIDES GOYEZ
MIRIAM GLADYS CHAVES MERCHANCANO**

ASESORA: PATRICIA GONZALEZ

**TITULO: FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES
DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT**

Toda persona tiene en su interior sentimientos que según su personalidad pueden manifestarlos de diferentes maneras. Muchas veces, estas manifestaciones dependen de otros factores según el lugar físico, sentimental o emocional, los cuales pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona o sea en la autoestima.

El objetivo de ésta investigación, es de evaluar el efecto que tiene la aplicación de un programas, para el fortalecimiento de la autoestima y con la ayuda de padres y educadores formar futuros ciudadanos que puedan desempeñarse fácilmente en sus diferentes roles.

Para medir el nivel de autoestima de los estudiantes se necesita emplear el tipo de investigación cualitativa, ya que se desea cuantificar el grado de autoestima de éstos y por medio de la técnica del manejo de un cuestionario llamado Pre-test, se obtiene como resultados de que el 76.6% están en un rango de muy baja y baja autoestima y tan solo un 23.3% con alta autoestima; mediante estos resultados se implementa un programa dentro del cual se desarrollan unos talleres para lograr el fortalecimiento y posterior a éste se aplica el cuestionario Post - test, dando óptimos resultados en su respectivo análisis donde el 83.3% se encuentran en un rango de muy alta y alta autoestima y tan solo el 16.6% baja autoestima.

De lo anterior se puede concluir que la aplicación de programas y actividades para el fortalecimiento de la autoestima deben ser continuos para obtener resultados de gran magnitud y que la propuesta se ejecute en el menor tiempo posible y se busquen alternativas y actividades que conlleven al desarrollo de la personalidad con la ayuda mutua de padres de familia y educadores.

“La autoestima es una estructura funcional de mayor eficacia y solidez que engloba y orienta todo el dinamismo humano”.

Alcántara.

SUMMARY

All people have into them feelings that according to their personality show from different manners. Several times these feelings depend on other factors

according to the physical place and emotional environment. These feelings may influence in a positive or negative way on people's formation - in self-esteem -

The purpose of this investigation is to evaluate the effect from the application of a program for the self-esteem's fortification.

With the help of parents and teachers the purpose is to educate future citizens who will act easily in the different roleplays. For measuring the level of the student's self-esteem is needed to use the kind of qualitative investigation, due to we wish to quantify the level of the self-esteem of these students.

Through a questionnaire called pretest, we obtained the next results: 76.7% of the students have a very low self-esteem and only 23.3% of the students have high self-esteem.

From this result we worked in an activity in which we applied a series of instructions to the students for getting the self-esteem's fortification in each student. After this we applied a post-test questionnaire in which we got the best results. We realized that 83.3% of the students have high and highest level of self-esteem and only 16.6% of the students have a low level of self-esteem.

From the last job we conclude that the application of a program with activities for getting the self-esteem's fortification of the students must be continuous and so obtain great positive effects. If this proposition continues being applied with the students then will exist new alternatives and activities to get growing the personality of the children; with the help of parents and teachers.

"Self-esteem is the functional structure of major efficiency and solidity that embraces and orients all the human dynamic force".

INTRODUCCIÓN

Toda persona tiene en su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes maneras. Muchas veces estas manifestaciones dependen de otros factores, según el lugar físico, sentimental y emocional, éstos pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona o sea en la Autoestima.

Este tema se desarrollará debido a que los estudiantes están en la etapa en la cual intentan definir su personalidad, tomando diferentes modelos ya que se relacionan en distintos ámbitos. El tema es interesante debido a que se tiene escasos conocimientos y muy poca bibliografía al respecto, por lo cual es de suma importancia investigar y profundizar en éste tema ya que es un factor para el desarrollo y la constitución de una buena vida.

El objetivo de esta investigación científica, es responder a las dudas planteadas, como también el propósito de esta investigación consiste en conocer el nivel de autoestima en los estudiantes del grado Quinto del Instituto Técnico Girardot de Túquerres.

Los padres y educadores tienen la misión de enseñar a cada niño desde la infancia a descubrirse y a tener su propia personalidad, para que tengan buenas relaciones interpersonales y se formen como futuros ciudadanos que se puedan desempeñar fácilmente en sus diferentes roles.

El educarse representa un proceso continuo de conocimientos y desarrollo de la vida, este proceso se inicia desde el momento de la concepción y no termina nunca y que involucra a todas las personas e instituciones que establecen relaciones con el ser humano.

Cada palabra, cada gesto o acción por parte de los padres, profesores y amigos transmiten mensajes al niño que influyen en la formación de su personalidad. En ocasiones las personas no se percatan de los mensajes enviados ni de los efectos que producen en el niño.

De acuerdo a los procesos de desarrollo el ser humano percibe cómo reaccionan los demás hacia él y amplía el sentido del yo o de la realidad. Todo esto influyó para la selección del tema de la autoestima, si se quiere tener una sociedad con hombres que actúen con inteligencia, voluntad y responsabilidad, se debe empezar por formar al niño ya que el mundo se edifica a partir de la interioridad de éste.

El estudio se realizará con los estudiantes del grado Quinto, contando con la colaboración y apoyo del rector del plantel. El tema objeto de estudio: El fortalecimiento de la autoestima.

Alcanzar un alto nivel de autoestima es el ideal del proceso educativo puesto que de ella depende la calidad del desarrollo humano. Por esto, la escuela y el hogar deberán estar íntimamente relacionados ya que en sus manos está la inmensa responsabilidad de entregar a la sociedad personas íntegras, participativas, críticas y creativas que puedan contribuir con los procesos de transformación democrática de la sociedad.

El presente trabajo esta constituido por 5 capítulos que son los pilares fundamentales que le dan la estructura. El en primer capítulo se aborda el problema de la investigación con su respectivo tema y descripción del mismo; además se da a conocer el surgimiento del estudio el cual da motivo a centrarse más en este importante investigación, se plantea la formulación del problema ¿cómo fortalecer la autoestima en los estudiantes del grado quinto del Instituto Técnico Girardot en los ambientes familiares escolares y sociales?. Se ubica con estos propósitos de evaluar los efectos de un programa de fortalecimiento de la autoestima y uno propósitos específicos que son las pautas de referencia los cuales dan dirección al rumbo investigativo la importancia del trabajar con autoestima es trascendental ya que esta implícita en toda la vida del ser humano y se la manifiesta en el curso de esta. Solo con una autoestima bien estructurada y educada se lograra individuos capaces de proyectarse con su inteligencia, imaginación, autonomía, sensación, percepción y conciencia un desarrollo armónico de la sociedad.

El capitulo II esta llamado marco referencial que constituye los antecedentes que plantean las experiencias del estudio acerca de la autoestima; se cita los fundamentos legales tomando como base la constitución Política de Colombia que en su articulo 67 menciona que la educación desarrollara la personalidad de manera integral como también la ley general de educación en su articulo quinto que se refiere a los fines de la educación.

En el marco teórico se describe los conceptos mas relevantes como son los conceptos de autoestima; autoestima baja, autoestima alta; los componentes la formación de la autoestima y los factores que intervienen en el desarrollo de la misma como son la familia, la sociedad y la escuela; además expone como educar la autoestima en los tres

componentes cognitivo, afectivo y conductual como también la evolución del autoestima en el desarrollo del hombre y como esta influye en la superación de este. También se presenta una definición de términos que son los más utilizados en el desarrollo de la investigación.

En el capítulo III. planteamos el marco contextual donde se ubica los aspectos de la institución educativa donde se desarrolla la investigación cuyos aspectos son: ubicación geográfica, filosofía visión, Misión, objetivos perfiles tanto de estudiantes docentes y padres de familia y valores.

Capítulo IV se describe la metodología donde se anuncia el tipo de investigación que es cuantitativa, la población y nuestro procedimiento para la validación del cuestionario Post-test, con pruebas piloto y validación por espectros interpretación y valoración del mismo.

La línea de investigación está centrada en el campo socio-afectivo por cuanto las investigaciones que se hacen de autoestima son muy pocas y no le han dado la importancia necesaria para el desarrollo de la personalidad y el equilibrio emocional de las personas, ya que es la fuente primordial para forjar buenos ciudadanos del mañana.

Como afirma José Antonio Alcántara en su libro la Educación de la autoestima. “Tomar conciencia de la trascendencia de la autoestima es un presupuesto determinante de la eficacia y de la perfección que deseamos alcanzar en su formación”.

EL PROBLEMA

1.1 TEMA.

El fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes del grado Quinto del Instituto Técnico Girardot.

1.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁREA PROBLEMA.

Desde el surgimiento de los diversos problemas en cuanto a la falta de autoestima en los adolescentes, la Ley General de Educación resalta los valores morales, sociales, cívicos, religiosos y nacionalistas; recuperando el valor del estudiante como sujeto activo del proceso educativo, se responsabiliza de lo que pueda hacer y producir, se lo toma como dueño de su futuro, en el buen uso y manejo de su libertad, siendo la autoestima un factor fundamental y la cual debe desarrollarse gradualmente a las demás facetas del desarrollo intelectual y de la formación de la personalidad, hasta conseguir el logro de un conjunto armónico. Fomentando así que el estudiante tenga un nivel de autoestima equilibrado para que se pueda adaptar a la sociedad teniendo un buen concepto de sí mismo, logrando despejar muchos interrogantes que a diario se plantean, formándose así una buena autoestima que inciten a buscar caminos de superación y a culminar felizmente sus metas aceptando sus cualidades y defectos, triunfos y derrotas sin dejar que los defectos anulen sus valores.

- a) ¿Según la Ley General de Educación y la Constitución Política de Colombia, establece el pleno desarrollo de la personalidad y el acceso al conocimiento, la ciencia la técnica y demás bienes y valores?

- b) ¿Cómo incentivar la formación e información del estudiante frente a la autoestima?
- c) ¿Cómo promover en el niño el valor de la autoestima?
- d) ¿Cómo incentivar la autoestima como medio de superación personal y grupal?

1.3. SURGIMIENTO DEL ESTUDIO.

Actualmente en la Instituciones se han presentado problemas tales como la deserción escolar, el bajo rendimiento académico, enfrentamientos físicos y verbales entre estudiantes, huidas y escapes del colegio, del hogar, los apodos, los robos, entre otros. Todo esto se debe a problemas de relación en la familia, falta de afecto, situación social y económica, violencia entre otros que redundan en la autoestima del individuo produciendo subvaloración, bajo autoconcepto y depresión en los niños. Por lo anterior la familia cumple un papel fundamental en la conformación de la personalidad del estudiante.

Para alcanzar un desarrollo integral adecuado en los individuos es necesario un ambiente estimulante siendo un componente importante la calidad de la relación afectiva y la intensidad de la interacción verbal entre todos. La escuela es considerada como el segundo hogar el cual debe convertirse en el espacio propicio que ofrezca calidez, afecto y reencuentro del ser humano; debe constituirse en una institución abierta al cambio y al desarrollo. La escuela y el hogar van muy de la mano con la familia, de la calidad de la familia dependerá la calidad de educación y por ende la calidad de vida de la sociedad.

Si se quiere mejorar la sociedad se debe formar personas con adecuada autoestima capaces de tomar sus propias decisiones, respetarse y respetar a sus semejantes y ser unos líderes en los cuales está la responsabilidad y el compromiso de llevar el progreso de la sociedad.

1.4 FORMULACIÓN DEL ÁREA PROBLEMA.

¿Cómo fortalecer la autoestima en los estudiantes del grado Quinto del Instituto Técnico Girardot en los ambientes familiares, escolares y sociales?

1.5 OBJETIVOS.

1.5.1. Objetivo General

Evaluar los efectos de un Programa de Fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del grado Quinto del Instituto Técnico Girardot, para diseñar una Propuesta Pedagógica conducente a mejorar este aspecto de la personalidad.

1.5.2 Objetivos Específicos

- Medir el nivel de autoestima en los niños a través de un cuestionario (Pre-test).
- Diseñar y aplicar un programa que busque fortalecer la autoestima en los niños.
- Evaluar la aplicación del Programa a través del cuestionario (Pos-test)
- Comparar los resultados Pre-test, Pos-test para verificar los efectos del programa.
- Elaborar una propuesta pedagógica conducente a mejorar la autoestima en los niños

1.6 JUSTIFICACION

En la actualidad la falta de las actitudes entre ellas la autoestima ha conllevado a que la sociedad cada día se quebrante más y más, por esto no hay que curar los males físicos sino también de proporcionar un equilibrio fisiológico y psicológico, esta armonía depende en gran parte de la aceptación de cada individuo, de manera que las relaciones socioafectivas con los demás y muy en particular con los padres sean decisivas desde los primeros años de la infancia.

La autoestima se construye a partir de las personas que rodean al niño como la familia, en las experiencias, vivencias y sentimientos que se producen durante todas las etapas de la vida. La visión que tiene la persona de sí misma viene determinada por la valoración que han hecho de ella las personas más importantes en su desarrollo.

La importancia de trabajar con la autoestima en el ambiente educativo es trascendental ya está implícito en toda la vida del ser humano y se le manifiesta en el transcurso de ésta, por lo cual es válido descubrir qué nivel de autoestima tienen los integrantes de la comunidad educativa del plantel, en especial los estudiantes que son objeto de investigación.

El proyecto de autoestima, pretende constituirse en una herramienta eficaz para el desarrollo integral del individuo, por esta razón se pretende elevar el potencial de la calidad de aceptación de sí mismo en el niño del grado Quinto del Instituto Técnico Girardot, basándose en una pedagogía de interacción con la comunidad educativa alrededor de este

tema. Igualmente se pretende formar una cultura donde los valores especialmente la autoestima, tengan trascendencia para evitar los problemas que han entorpecido la paz en el país. Junto con esto se busca aumentar el nivel de conocimiento de los niños, padres de familia y profesores en relación con la autoestima para que ésta se vea reflejada en las actitudes cotidianas de los mismos y mejorar así las condiciones sociales afectivas en sus relaciones interpersonales.

Sólo una autoestima bien cimentada logrará que el individuo sea capaz de proyectarse con su inteligencia, imaginación, autodominio, voluntad, convivencia, comunicación, felicidad, amor, aprendizaje, sensación, percepción y conciencia que lo convertiría en un ser excepcional, en una criatura maravillosa, dueña del éxito y poseedora de la más grande dignidad. Por lo anterior se analizará el nivel de autoestima y así proponer estrategias que ayuden al estudiante en la búsqueda de su identidad y mejore el concepto de si mismo, ya que es un factor principal para el éxito escolar y el desarrollo armónico de la sociedad.

2. MARCO REFERENCIAL

2.1 ANTECEDENTES.

En Túquerres no se encuentran estudios acerca de autoestima. Existen trabajos de investigación adelantados por los estudiantes de la Universidad de Nariño en el área de Especialización en Orientación Educativa y Desarrollo Humano realizado por las estudiantes:

Emma Gloria Pardo Bravo, Margarita de Fátima Realpe, Sonia Marlene Muñoz Bolaños.
Su tema: Ambientes educativos de los estudiantes de 8 - 15 años con alta autoestima de la escuela anexa del municipio de San Pablo Nariño en 1998.

Realizado el balance final y con base en la síntesis de los resultados de la investigación se concluye:

El principal objetivo de la escuela será preparar al niño para su vida y hacer de él una persona segura con una buena autoestima. Las experiencias que el niño vive en la escuela con sus profesores y compañeros incide de manera definitiva en su autoestima. El afecto es la estructura actitudinal del niño.

La importancia del diálogo padre e hijo, profesor y estudiante su real dimensión es suponer un camino abierto para un buen entendimiento y la concertación.

La visión que tiene la persona de sí misma viene determinada por la valoración que han hecho las personas más importantes de su vida.

Explorando la Autoestima en las niñas del colegio "Ciudad de Asís" 1999. Realizado por las religiosas: Hna. María Teresa Narváez F.M.I., Hna. Nancy Peñafiel F.M.I.

Desarrollo de esta investigación ha sido, sin lugar a dudas un inquietante pero interesante viaje exploratorio por la naturaleza humana; en donde encontraron el valor de la autoestima que es el resultado de un proceso de construcción en el que intervienen factores de índole familiar, institucional y social, por cuanto la autoimagen y el autoconcepto surgen en la persona como consecuencia del trato que recibe de los demás, especialmente de aquellas personas que lo rodean en su infancia. El proceso educativo también debe ocuparse de las demás dimensiones o potencialidades de la persona.

2.2 FUNDAMENTOS LEGALES.

Según la Ley general de educación en su artículo quinto que se refiere a los fines de la educación y según el artículo 67 de la Constitución Política de Colombia, la educación se desarrollará de acuerdo a los siguientes fines, en lo que respecta al desarrollo de la personalidad y cuidado de la misma:

1. "El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, físico, psíquico, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
7. El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura.
8. El desarrollo a la capacidad crítica, reflexiva y analítica que favorezca el avance científico tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y el progreso social y económico del país.
9. La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.
10. La promoción en la persona y en la sociedad, la capacidad para crear, investigar, etc."

Según el artículo 7 de la Ley General de Educación que habla de la familia y la considera como el núcleo fundamental de la sociedad y primer responsable de la educación de los hijos, hasta la mayoría de edad o hasta cuanto ocurra cualquier otra clase o forma de emancipación le corresponde:

- a) "Matricular a sus hijos en instituciones educativas.
- b) Participar en asociaciones de padres de familia.
- c) Informarse sobre el rendimiento académico y el comportamiento de sus hijos.

d) Buscar y recibir orientación sobre la educación de sus hijos.

g) Educar a sus hijos, proporcionarles en el hogar el ambiente adecuado para su desarrollo integral".

Según el Código del Menor en su capítulo segundo donde menciona los derechos del menor.

"Art. 3. Todo menor tiene derecho a la protección, al cuidado y a la asistencia necesaria para lograr un adecuado desarrollo físico, mental, moral y social.

Art. 6. Todo menor tiene derecho a crecer en el seno de una familia. Son deberes de los padres, velar porque los hijos reciban los cuidados necesarios para su adecuado desarrollo físico, intelectual, moral y social.

Art. 7. Todo menor tiene derecho a recibir la educación necesaria para su formación integral. La educación deber ser orientada a desarrollar la personalidad y las facultades del menor, con el fin de prepararlo para una vida adulta activa, inculcándole el respeto por los derechos humanos, los valores culturales propios y el cuidado del medio ambiente natural.

Art. 11. Todo menor tiene derecho al ejercicio de la libertad de pensamiento, de conciencia y religión bajo la dirección de sus padres.

Art. 13. Todo menor tiene derecho al descanso, al esparcimiento, al juego, al deporte y a participar en la vida de la cultura y de las artes".

2.3 MARCO TEÓRICO

2.3.1 Concepto de Autoestima

La palabra autoestima está compuesta por dos conceptos, el de "auto" que alude a la persona en sí y por sí misma y "estima" que alude a la valoración, por lo tanto podemos definir la autoestima como la valoración que una persona hace de sí misma.

La autoestima es una actitud hacia uno mismo, es la forma de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Es la disposición permanente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos. Para C. R. Rogers constituye el núcleo básico de la personalidad.

La autoestima no es innata, es adquirida y se genera como resultado de la historia de la persona, su naturaleza es dinámica y por lo tanto puede crecer, arraigarse e interconectarse con las demás actitudes que posea, o puede debilitarse y desintegrarse. “Es el máximo resorte motivador y el oculto y verdadero rostro de cada uno esculpido a lo largo del proceso vital”.¹

La autoestima es un determinante del comportamiento conlleva un impulso operativo y se dispone para responder ante los múltiples estímulos que se presentan y acosan

¹ ALCANTARA, José Antonio. “Como educar la autoestima”. Editorial CEAC, 1990.

incesantemente. Cuando la valoración que se hace de uno mismo es beneficiosa para mejorar la calidad de vida, se puede decir que se tiene una autoestima alta, mientras que si

es perjudicial se halla ante una autoestima baja. Esta valoración que cada individuo hace de sí mismo es lo que en la literatura científica se conoce con el nombre de autoestima.

La infancia intermedia es una época importante para el desarrollo de la autoestima, las opiniones que los niños tienen de sí mismos tienen verdaderamente un tremendo impacto en el desarrollo de su personalidad. Una imagen favorable de sí mismos puede ser la clave del éxito y la felicidad durante la vida.

A partir de esta edad se comienza a moldear el concepto de sí mismo, la emoción, el sentimiento hacia la propia persona y aunque esto no sea un aspecto completamente inmodificable es en esta fase cuando estamos creando unas bases duraderas en el tiempo.

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

Según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de mí mismo, potenciara la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el

nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso”²

La mejora de la autoestima es posible actuando sobre los distintos componentes que la conforman, ya que es un proceso de aprendizaje en el que juegan un papel fundamental la familia, la escuela y la sociedad.

2.3.2. Autoestima Baja

En el subconsciente se crean sentimientos no resueltos, como de dolor que suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volverse el enojo contra si mismo, dando así lugar a la depresión. Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: como: odiarse a si mismo, 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 autentica 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.

² GILLHAM I. Heber. “Cómo ayudar a los niños a aceptarse así mismos y aceptar a los demás”. Editorial Paidós. Ecuador.

La autoestima es importante porque es la manera de percibir, valorar como también de moldear la vida propia. Una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias

posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de ésta, que la alientan o la denigran.

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

Cuando la autoestima se la utiliza indiscriminadamente y dogmáticamente, genera estrés y es mortal para nuestro autoconcepto. Cuando la autoestima es negativa, nuestra salud se resiente porque nos falta confianza en nosotros mismos, para abordar perspectiva positiva y esto hace que la calidad de vida no sea todo lo óptimo que pudiera serlo.

Al faltar confianza personal, disminuye la capacidad para enfrentar los múltiples problemas y conflictos que se presentan en la vida, privándose así de una mayor riqueza en experiencias vitales o bien cuando se afronta nuevos compromisos, abruma las responsabilidades siendo un umbral de resistencias al conflicto más limitado.

No contribuye a fomentar la creatividad puesto que no hay confianza en las capacidades personales. Al faltar autoconfianza, difícilmente se fijan metas y aspiraciones propias por lo que son más vulnerables a actuar de acuerdo con lo que se espera de sí, de lo contrario

van en contra de las propias decisiones. Las relaciones que se establecen con otras personas no son de igualdad dado que la falta de confianza impide abordar los conflictos personales desde una perspectiva igualitaria, adoptando muchas veces actitudes sumisas o bien agresivas.

2.3.2.1 Actitudes o Posturas habituales que indican Autoestima Baja

Autocrítica dura y excesiva que la 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.

2.3.3 Autoestima Alta

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

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

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

La autoestima alta aporta un conjunto de efectos beneficiosos para la salud y calidad de vida, que se manifiestan en el desarrollo de la personalidad. Aumenta la capacidad de afrontar y superar las dificultades personales al enfrentarse a los problemas con una actitud de confianza personal, fomenta la capacidad de adquirir compromisos y por lo tanto de ser más responsables al no eludirlos por temor.

Potencia la creatividad al aumentar la confianza en las propias capacidades personales. Fundamenta la autonomía personal al aumentar la confianza en sí mismos se tiene más capacidad de fijar sus propias metas. Permite establecer relaciones sociales más igualitarias y satisfactorias, al ser más asertivas al enfrentar los conflictos con actitud positiva.

La autoestima alta es considerada por muchos expertos en este tema como la característica fundamental para triunfar en la vida y el punto de partida para el desarrollo de muchos atributos necesarios para el éxito. Quien confía en sí mismo es creativo, resuelve sus problemas de manera original porque cree que merece tener éxito en lo que se propone y generalmente lo logra.

Sus éxitos incrementan y reforman el amor y respeto que se tiene así mismo, lo cual le hace más fácil amar y hacerse amar de los demás. Por el contrario con el fin de agradar a los demás, cede fácilmente a sus presiones y lucha constantemente por complacerlos, esto lo hace una víctima fácil de maltrato, el abuso y la presión negativa de su grupo.

La autoestima se desarrolla a partir de cuatro condiciones básicas a saber:

"**Vinculación**, que resulta de la forma cómo la persona siente que es amada y aceptada por las personas importantes en su vida de aprobación que recibe de ellas".³

"**Singularidad**, es el resultado del conocimiento y respeto que la persona siente por aquellas cualidades, habilidades y limitaciones que lo hacen especial y único".⁴

"**Poder**, es el grado en que la persona se siente capaz de influir en su propia vida y en la de otros y de llevar a cabo las tareas que considera importantes".⁵

"**Modelos**, son aquellas personal que le sirven al individuo como punto de referencia para conocer las normas y valores de su medio y construir su propio código ético".⁶

³ CLEMES, Harris y Bean Reynold. Cómo desarrollar la autoestima en los niños, sexto edición, 1996.

⁴ Ibid. Pág. 23.

⁵ Ibid. Pág. 24

⁶ Ibid. Pág. 25

2.3.3.1. Características de la autoestima positiva

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aún cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente lo suficientemente segura

como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.

- Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirme culpable cuando a otros le parece mal lo que halla hecho.
- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que halla ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.
- No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.

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

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

2.4. COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA

2.4.1 Cognitivo

“Indica, opinión, creencias, percepción y procesamiento de la información, nos referimos al autoconcepto definido como opinión que se tiene de propia personalidad y sobre su conducta. Es, como dice, Markus, el conjunto de auto esquemas que organizan las experiencias pasadas y son usadas para reconocer e interpretar estímulos relevantes en el ambiente social”. “El autoconcepto ocupa un lugar primordial en el origen, crecimiento y consolidación de la autoestima, mientras que la dimensión afectiva y conductual se proyectan por el autoconcepto, al cual lo acompaña la autoimagen”.

Solamente si plasmamos el autoconcepto en imágenes intensas ajustadas, ricas y actualizadas al espacio y tiempo en que vivimos arraigará la autoestima y demostrará su máxima eficacia en nuestros comportamientos.

Su máxima eficacia en nuestro comportamiento; la autoimagen o representación mental que un sujeto tiene de sí mismo, camina bajo la luz que proyecte el autoconcepto.

2.4.2. Afectivo

“Esta dimensión conlleva a la valoración que la persona tiene de positivo y negativo, implica un sentimiento de lo favorable y desfavorable que se tiene. Es sentirse a gusto o disgusto consigo mismo, es admiración ante la propia valía, es un juicio de valor sobre muchas cualidades personales, es la respuesta a la sensibilidad y emotividad ante los valores y contravalores que la persona posee llegando así al corazón de la autoestima”. La consolidación de la quinta esencia de la autoestima se da por la valoración o desvaloración íntimos de cada persona; según lo anterior se puede formular la Ley principal que gobierna su dinámica “A mayor carga afectiva, mayor potencia de la autoestima”

2.4.3 Conductual

“Significa tensión y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. El proceso final de toda su dinámica interna. Es la auto formación dirigida hacia el propio yo y en busca del rendimiento por parte de los demás. El esfuerzo por alcanzar la fama, honor, respeto ante los demás y ante sí mismos”.

La alegría de vivir nace del amor por la vida misma y cada ser humano es vida que puede ser mejor todos los días a condición de trazarse unos derroteros, que le permitan sentirse a gusto consigo mismo y en cualquier circunstancia. El error fundamental consiste en confundir el valor interno de una persona con los hechos externos.

2.5. FORMACION DE LA AUTOESTIMA

Se plantea la importancia de que los alumnos de hoy desarrollen una autoestima alta, para lo cual, es necesario que se desenvuelvan en un ambiente de cordialidad y afecto permanente, y que el amor y la generosidad sean el centro de todas las vivencias que se les ofrezcan en la escuela y en el hogar. Se enfatiza que la primera necesidad de todo ser humano es amar y ser amado, y que existe un requisito indispensable para que una persona fomente su capacidad de amar: ser capaz de amarse a sí misma.

La autoestima es un proceso psicológico complejo que involucra la percepción, imagen, estima y concepto que cada uno tiene de sí mismo. La toma de conciencia del sí se va realizando en la interacción del niño con el ambiente; él va procesando paulatinamente cómo lo perciben; es decir, la autoestima es la percepción del niño del aprecio que le tienen los demás.

Durante los primeros cinco o seis años, la autoestima del niño se forma casi exclusivamente en la familia. Después, cuando va a la escuela, intervienen otras influencias, pero la familia sigue siendo importante durante toda su adolescencia. Afortunadamente, es posible mejorar la autoestima de cualquier persona, sin importar la edad. Y como el sentido del valor se aprende, puede también modificarse para sustituirlo con factores más positivos.

Se afirma que existe una estrecha relación entre el rendimiento escolar de los niños y su autoestima. La falta de miedo al fracaso los hace más espontáneos, más abiertos a la experiencia y al aprendizaje, y les da la posibilidad de aprovechar las oportunidades que se

les van presentando. Por el contrario, los niños con una autoestima baja tratan de pasar inadvertidos, son más retraídos, se ven tristes o enojados, temen expresar ideas poco comunes, piensan que los demás los rechazan, son tímidos y caen fácilmente en comportamientos agresivos.

La buena autoestima de los niños requiere de adultos que también tengan una alta autoestima: profesores y padres.

Según las psicólogas Haessler y Milicic los padres tienden a culpar a los profesores, y éstos a los padres, creándose así, un circuito de comunicación entre ambos que, en vez de favorecer al niño, lo perjudica. Padres y profesores, en lugar de verse unos frente a otros, pueden construir una alianza para estimular el crecimiento emocional del niño.

Se señala que un mundo que parece haber perdido la fe en los valores más elevados del hombre, requiere atención de urgencia respecto a instituciones de calidad, como la escuela y el hogar, y de especialistas en educación de calidad superior. Se concluye que mientras más positivo sea lo que se le diga a un niño, mejor será su desarrollo emocional y su vida futura. Una persona que no se valora es difícil que se entregue con amor por los demás. En este sentido, los profesores y el hogar tienen mucho que decir.

2.5.1 Etapas del Desarrollo Psicosocial

Según Erikson habla de ocho etapas del desarrollo psicosocial que permite explicar el proceso de desarrollo del individuo y a su vez redundará en la autoestima de los individuos.

Enfatizamos la cuarta etapa que habla del desarrollo psicosocial del niño en las edades de 6 a la pubertad donde se encuentran los estudiantes que son objeto de estudio para la investigación.

Cuarta: Etapa “*laboriosidad versus inferioridad*”, desde los seis años a la pubertad el niño debe aprender destrezas de la cultura o enfrentar sentimientos de inferioridad la virtud es la competencia.

Erikson afirma que en esta etapa hay una calma emocional en la que los niños pueden asistir al colegio y aprender las habilidades que su medio cultural exige. Los niños de acuerdo a su medio tienen que aprender las habilidades que necesitan para sobrevivir, la especificación depende de lo que es importante para la sociedad.

Los esfuerzos por lograr estas habilidades ayudan a los niños a formarse un concepto positivo de sí mismo y al comparar sus destrezas con las de sus compañeros se forman un juicio de quienes son.

Cuando se sienten inseguros e incapaces no son conscientes de las herramientas que tienen para el desarrollo de sus habilidades. Si por el contrario se vuelven demasiado laboriosos pueden descuidar sus relaciones interpersonales y convertirse en adultos.

La vida cotidiana influye en la personalidad del niño y es a través del juego que los niños se ponen en contacto físico con los demás, ganan confianza en su habilidad para hacer una variedad de cosas, practican su imaginación y aprenden a llevarse bien con los demás y

mediante este el niño compite bota la energía reprimida y actúa en forma agresiva, pero en la actualidad los nuevos modelos sociales han hecho de que los niños pierdan la empatía con las personas de su misma edad recurriendo a la televisión, a los juegos de computadora y participen en deportes organizados donde se someten a las reglas de los adultos, cohibiéndose de solucionar los problemas que entre ellos surgen

2.5.2. Factores que intervienen en el desarrollo de la autoestima.

2.5.2.1. La Familia

La autoestima, además es aprender a quererse y respetarse, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar en el que se encuentre y de los estímulos que este le 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 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 causar trastornos psicológicos emocionales y físicos (cáncer, úlceras, hipertensión, trastornos cardíacos y alimentarios, problemas en la piel, depresiones, etc.), produciendo dificultades en la vida de las mismas (conflictos serios en el trabajo, disminución de la

energía y de la capacidad creativa, relaciones matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, poco entendimiento con las hijas e hijos).

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

En el momento en que la persona afectada es 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 atormenta con pensamientos y sentimientos que no pueden comunicar ni compartir con nadie y aprenden a soportar el dolor y el silencio.

La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según como 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 comportarse de maneras particulares. Estas maneras pueden ser:

Mártires: controlan al niño haciéndolo responsable de su sufrimiento y culpable por todo lo que pueda querer o hacer que no le caiga bien a estos mártires, a quienes nada les viene bien, y recurre a las quejas, los reproches, las lagrima, las amenazas de que les va a dar una ataque, etcétera.

- Ves como me sacrifico por vos y no te importa-
- Dejé todo para criarte y me lo pagas haciendo eso-
- ¿En que nos equivocamos que nos haces estas cosas?-

Los dictadores: controlan al niño o la niña atemorizándolos cuando hacen algo no autorizado, son estrictos y amenazantes para que obedezcan y todo los enfurece.

Condenado de manera inapelable al niño, con burlas, gritos, despliegue de poder y dominación.

- Como podes ser tan estúpido/a, como no te das cuenta de las cosas-
- Te avisé y ahora vas a ver lo que te pasa por no obedecer-
- Yo no tengo que darte explicaciones, lo haces porque te lo ordeno y punto-

A veces estos roles (mártir y dictador) se combinan, se alternan y agregan mas confusión a los chicos porque también van acompañados con demandas o manifestaciones de cariño. Y si un hijo llega a quejarse, a llorar o a reclamar por el trato que recibe puede volver a ser juzgado, culpado y descalificado.

"Según se hayan comunicado los padres con ellos así van a ser los ingredientes que se incorporen a su personalidad, su conducta, su manera de juzgar y de relacionarse con los demás.

Esas voces quedan resonando para toda la vida. Por eso hay que aprender a reconocerlas y anular su poder para que no sigan haciendo sufrir y poder liberarse de esos mandatos distorsionados y no volver a repetírselos a los hijos e hijas.

Ninguna forma de maltrato es educativa y ningún mensaje o comunicación que culpabiliza, critica, acusa, insulta o reprocha es un buen estímulo para nadie. Y menos en la infancia, cuando no hay posibilidades de defenderse, protegerse o entender que es la impotencia y el desconocimiento de otras formas de trato lo que lleva a los padres y madres a asumir ese papel de mártir o de dictador"⁷

"Lo primero que hay que entender es que no se puede hacer a cargo toda la vida de los problemas que amargaron o hicieron de los padres y madres personas mártires o dictadores. Basta con empezar a investigar de que manera afectaron esas actitudes, para comenzar a liberarse de sus efectos y no repetir nada de esto con los propios hijos e hijas, y

con los estudiantes o con cualquiera de los chicos o chicas que puedan estar a su cuidado"⁸.

2.5.2.2 La Sociedad

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 transmitidas a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a esta como modelo social.

⁷ ROCHE OLIVOS. Robert. "Psicología y educación para la prosocialidad". Red Federal de formación docente continua para la República Argentina. Edición 1997.

⁸ SHIBUTAMI, Tormotsu. "Sicología social y sicología". Editorial Paidós. 1971.

Las personas que tienen poca confianza de su capacidad dentro de la sociedad, tienden a buscar roles sometidos y evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades.

En la sociedad el nivel de autoestima de una persona 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..."*⁹, 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 si mismas son culturales. Algunos de estos criterios son: si sos gordo, flaco; lindo, feo; blanco, negro; rubio, morocho, o si tenéis 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 si misma desde le punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que piensen de uno influirá positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar.

⁹ Ibid. No. 401

2.5.2.3. La Escuela

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

Los educadores deben estar conscientes de los distintos ritmos de desarrollo de cada niño, para que el mismo se sienta cómodo con él propio y su capacidad de desarrollo.

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

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

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

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

Para ser un buen educador...

- Saber que la escuela puede mejorar o degradar a la gente que está en ella.
- Estar dispuesto a complementar las nuevas informaciones con los viejos conocimientos.
- Debe ajustar las oportunidades de aprendizaje a cada niño, de modo que pueda progresar a su propio ritmo de velocidad.
- Debe tener la capacidad e incluir el desarrollo de habilidades intelectuales junto con el estímulo para que el niño se acepte a sí mismo.
- Tiene que saber cómo crear un ambiente, para encontrar oportunidades dentro del mismo, donde cada niño pueda sentirse importante.
- Debe reconocer los puntos fuertes de cada niño y tener en claro que las decisiones de los niños pueden ser vencidas a través de sus fortalezas.
- Tener conciencia de los sentimientos y de las imágenes que los niños tienen en su mente cuando van a la escuela.
- Comprender que algunas veces los niños sólo se desarrollan mediante la aprobación, ya que la crítica debe esperar hasta que el niño sea suficientemente fuerte para aceptarla.

- Aceptar la conducta que no sea adecuada comprendiendo que los seres inestables se rigen en la conducta agresiva cuando las presiones son demasiado grandes.
- Transmitir a los niños su fe en ellos, es decir, que sus estudiantes sean personas dignas de estima y respeto.

" La gente hace cosas para los demás. Pueden ser cosas simpáticas y agradables. Pueden ser cosas desoladoras. Pueden ser cosas alentadoras y estimulantes. Pueden ser cosas que restauran el equilibrio, acrecientan la fe y fortalecen sus convicciones: pueden dar nuevas perspectivas y nuevo coraje, pero pueden sumergir también en la desesperación, el temor y el pesimismo".¹⁰

¹⁰ FRANCÉS, Mayfarth. "Human Beings I Have Known". Adventures in Human Relations. (boletín para la educación de la infancia). Washington. D.C. 1948.

2.6. LOS PADRES Y EDUCADORES, BASE PRIMORDIAL PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA.

No se puede equivocar en que la familia es el primer contexto en el cual interactúa todo ser humano. Allí el niño aprende de los padres por la afectividad y el ejemplo de ideas y actitudes.

El amor de los padres proporciona a los hijos seguridad emotiva, sentimientos de confianza que son los cimientos de una personalidad sana. Cuando el niño es aceptado por la familia él lo sentirá desde el vientre materno el apoyo y el cariño de sus padres, tiene relación directa tanto el desarrollo intelectual en la formación de conceptos, en el razonamiento, en

el pensamiento abstracto como el lenguaje, las percepciones, los afectos y sentimientos y las relaciones con las personas que lo rodean.

“el clima afectivo que se vive en el hogar ya que este percibe todas las variaciones emocionales que ocurren en el medio familiar”¹¹

En el hogar se aprende optimismo, se asimila el amor, se comprende el dolor, se entrega a justicia, se comparten las dificultades y los regocijos, se abriga la ternura, se construye armonía, se espanta la soledad, se internaliza el lenguaje con todas las connotaciones de cultura de fe y esperanza.

¹¹ GONZALEZ, Patricia. Las relaciones psicoafectivas. 1997.

Según Daniel Goleman, los niños desarrollados en ambientes familiares inestables serán niños inseguros, tímidos, resentidos, indolentes, groseros, de poca autoestima, sentirán desprecio por sí mismos y sentirán que se estorban.

En cambio los niños que crecen en un ambiente familiar estable, con padres preocupados por el bienestar de sus hijos, crecerán seguros, confiados en sí mismos, eficaces en sus trabajos se respetarán y tendrán todos los motivos para autoestimarse.

Como lo contempla la Ley General de Educación (Ley 115/94) en su artículo séptimo *“a la familia como núcleo fundamental de la sociedad y primer responsable de la educación de los hijos”*, ya que en ella se procrean los defectos y virtudes de que adolece cualquier sociedad.

El afecto humaniza al ser social, le permite el desarrollo de valores como el amor, la comprensión, la solidaridad; le permite entender y hacer causa común a todos los conflictos hace que se piense y analice, se profundice más en las cosas que unen que en las que separan. La institución encargada de continuar las funciones educadoras del hogar es la escuela en donde el niño toma sus bases fundamentales para afrontar la vida como un proceso continuo entre padres, estudiantes y educadores.

Es indudable que la escuela contiene el fluir de las ideas de todos y cada uno de los protagonistas, de la vida escolar, ideas que llevan consigo la marca individual de los participantes como también las manifestaciones externas de su vida interior, proceso mediante el cual se pueden conjugar al tiempo, individuo y sociedad, es aquí donde el individuo es capaz de explorarse y conocerse así mismo y asumir el papel que le corresponde según el papel que adopte, es decir de encontrarse, de valorarse, de confiar en sus capacidades, de relacionarse con el conocimiento y de descubrir su propia estima y lo ha de conducir al encuentro de su propia autoestima. El avance positivo de este valor que lleva a múltiples relaciones que rodean al niño dentro de la escuela posibilitan un accionar interdisciplinario acordes con los estilos de vida y con los escenarios abiertos hacia la proyección de facultades, de valores, de las cualidades y de las posibilidades que posee la persona.

La autoestima es uno de los factores más trascendentales en formación integral de individuo, si se reflexiona sobre este factor tan importante no cabe duda que constituye el estímulo de los actos que realiza el niño en la escuela influyendo directa y positivamente en

el comportamiento y en el proceso de aprendizaje, sin embargo los educadores no se han cuestionado la posibilidad de una verdadera motivación socioafectiva que conlleve a la búsqueda de verdaderas satisfacciones en todos y cada uno de los estudiantes. La autoestima siempre la han ubicado por debajo de las capacidades cognitivas preocupándose más por la asimilación de conocimientos y normas que conlleva la educación antes que por la misión psicosocial y psicoafectiva que conlleve al reconocimiento de sí mismo, y por consiguiente a la relación armónica con el conocimiento.

Los educadores deben darle importancia, dedicarle tiempo necesario en la escuela para que el estudiante se fije en su mente la idea de que él es una persona útil, sana, correcta, respetuosa, responsable... generando como resultado un alto nivel de autoestima, de lo contrario se refleja en los estudiantes un nivel de autoestima muy bajo, lo cual lo manifiestan en su comportamiento convirtiéndose en costumbres y como tales tan difíciles de erradicar, como las fobias, la mediocridad, la falta de interés y desmotivación.

Los alcances de la autoestima son:

1. Condiciona el aprendizaje: de acuerdo a las actitudes básicas y de percepción que se tiene de sí mismo se da la adquisición de nuevas ideas y aprendizajes, de esto depende el fracaso escolar.
2. Supera las dificultades personales: cuando una persona tiene una buena autoestima posee la capacidad de enfrentar fracasos, solucionar problemas y superar las dificultades que lo llevan a un progreso en su madurez y competencia personal.

3. Fundamenta la responsabilidad: debe formar personas capaces y dispuestas a comprometerse y a asumir responsabilidades porque solo se comprometen los que tienen confianza en sí mismos y creen en sus propias aptitudes.
4. Apoyo a la creatividad: se necesita estudiantes creativos que únicamente busquen desde una fe en sí mismos su originalidad, capacidades y cualidades.
5. Determina la autonomía personal: uno de los objetivos de la educación es la formación de estudiantes autónomos, autosuficientes, seguros de sí mismos, capaces de tomar decisiones, que se acepten a sí mismos, que sepan orientarse. Para que se pueda lograr esto es necesario tener una buena autoestima, ya que así pueden proponerse metas y las asumen con responsabilidad.
6. Posibilita una relación social saludable: cuando tenemos respeto y aprecio hacia nosotros mismos, podemos relacionarnos con los demás, estimarnos, reconocer nuestros valores y servir de modelo de autoconfianza.

2.7 LA EDUCACIÓN DE LA AUTOESTIMA.

El origen de la autoestima en toda persona nace de dos causas:

- a) De la observación propia de sí mismo, autoevaluándose constantemente refiriéndose a los logros propuestos previamente.
- b) De la asimilación e interiorización de la imagen y opinión que los demás tienen en particular de las personas que son relevantes como padres y maestros.

Para encaminar la formación de la autoestima se tiene en cuenta sus componentes (Cognitivo, Afectivo, Conductual), en el aspecto Cognitivo se hace énfasis el autoconcepto y autoimagen, en cuanto al aspecto afectivo y valorativo la autoestimación y autorealización, en el aspecto conductual la autoafirmación y autocontrol.

La formación del aspecto cognitivo desarrollando el autoconcepto se utilizan técnicas y estrategias como: Reflejo, autoinspiración, dramatización y modelado.

1. Estrategia del Reflejo: Consiste en reflejar las cualidades, capacidades y competencias que observamos en el educando. Es importante reflejar en el estudiante todo lo positivo que posee delineando sus talentos, sus valores para que se autoperciba de acuerdo con la imagen que les imprimieron y actuando acordes a las conductas que las personas importantes quieren que se realicen.

Son importantes las que gozan de éstas cualidades:

- Prestigiosas a los ojos del educando
- Poseedoras de las actitudes que el estudiante desea tener
- Poderosas para otorgarles recompensas
- Afectuosas en cuanto a mantener una relación afectiva con él.

En la práctica estas personas suelen ser:

- a) Familiares
- b) Maestros

c) Compañeros

a) Familiares: Los padres son los primeros que entran en contacto con el educando ya que desde la infancia van introyectando una imagen propia que gira alrededor de su vida, por esto ante cualquier programación educadora son parte importante dentro de ésta.

b) Maestros: Los profesores o tutores, ejercen una influencia determinante para bien o para mal. Para obtener mejores resultados ante la tarea de ser maestro se debe trabajar en equipo y en la misma dirección para lograr un nivel significativo de eficacia, y los resultados serán favorables y se multiplicarán admirablemente.

La formación del autoconcepto obedecerá a estas pautas:

- Eliminar de las expresiones toda representación negativa del estudiante que escucha, no ridiculizar en público.
- Poseer una imagen clara de sus valores y cualidades.
- Desear que el estudiante llegue a interiorizar una autopercepción claramente positiva.
- Aprovechar cualquier conducta buena aún la más pequeña para reflejársela al interesado y es a través de hechos reales como se le mostrará su condición valiosa.

La intervención educadora se la puede realizar en privado o en público de acuerdo a los hechos que ocurran en el tiempo prefijado, ente esto debe actuar subjetivamente resaltando en la afirmación su aspecto idóneo ante cualquier circunstancia negativa debe sobresalir su categoría de persona admirable; diferenciar bien la falta cometida en un momento y condenar con claridad esta infracción y ayudarle a que él la reconozca.

Como educador se propicia una entrevista con el estudiante con el fin de conciliar y trazar un calendario de encuentros personales y de este manera que exista un dialogo con cada uno de ellos, se utilizara el registro de observaciones para revisar y comentar rasgos valiosos que posee, entregar un registro escrito dirigido a sus padres el cual al ser leído por ellos se formara en su mente la silueta estimable de si mismo.

El educador deberá utilizar al final de la clase algunos minutos donde se realice la lectura y comentario de los registros individuales y acumulativos en los aspectos sobresalientes de todos los alumnos.

c) Compañeros: los compañeros de clase y de colegio también desempeñan un papel importante en la configuración de la imagen propia esta influencia es importante porque el niño requiere ser aceptado y sentirse seguro dentro del grupo, teme a que lo aíslen y sufre por ello del mismo modo es susceptible al concepto valioso que le proyectan ya sea en la atención, la alabanza o admiración de sus compañeros podemos decir que al aplicar ya sea las padres, profesores y compañeros las expresiones comentarios positivos al niño su experiencia personal modificará su autoconcepto, será mas seguro, mas comunicativo, mas alegre y tendrá iniciativas para intervenir con decisión.

2. Estrategia de la autoinspiración.

El educando debe construir por su cuenta en su imaginación y en su intelecto la percepción de sí mismo, esto es un poco difícil en la infancia ya que su capacidad de reflexión y percepción es superficial. Dentro de ésta estrategia encontramos:

***El autoespejo** En éste aspecto el estudiante reflejará su propia imagen utilizando mecanismos que le ayuden a aceptar y desarrollar su propia personalidad, mediante recursos como: Diario personal, carta, historieta, anuncio de sí mismo y película de su vida.

***Autoinstrucción.** Desarrollar el autoconcepto al entablar un dialogo consigo mismo en el cual se dice y se explica el valor y las aptitudes que vemos en el propio ser, “*yo soy amable servicial*”, “*yo soy vago y poco estudioso*”, “*soy sincero y digo siempre la verdad*”, “*soy inteligente*”.

*** Inoculación.** Esta estrategia psicológica presenta dos instantes.

- Se administra al sujeto de palabra o por escrito una creencia negativa con argumentos debilitados
- La persona aludida debe refutar la interpelación anterior defendiendo su punto de vista con todos los argumentos a su alcance. De esta manera se fortalecen sus convicciones y se consolidan sus creencias.

Con la finalización de esta técnica se pretende resultados favorables tanto emotivos como divertidos ya que se consigue imprimir una autoimagen en el estudiante.

3. Estrategia de Dramatización.

Esta técnica es utilizada para motivar y despertar en el educando las habilidades artísticas de teatro y lograr de ésta manera que el individuo actúe de diferentes roles de imágenes. Los educadores deben utilizarla de manera eficiente para que se sientan motivados y participen con entusiasmo, para tener mejores resultados se debe grabar y luego presentarles al grupo.

4. Estrategia del Modelado.

El modelado e imitación de modelos es un método educativo que se lo ha puesto en práctica desde hace tiempo. Freud señalaba la influencia decisiva de la “*identificación paterna y materna*”, en la formación del niño al educarlos como ejemplo a seguir. Algunos mecanismos que han ayudado a ésta estrategia son: Modelado Participativo, Modelado no Participativo y el modelado en Cubierta.

- Modelado Participativo. El modelo es real está presente, el estudiante lo ve, lo escucha, dialoga con él y se desarrolla una relación interpersonal; los modelos que hacen parte de estos mecanismos son: Los profesores, estudiantes de grados superiores y miembros de la comunidad.

La participación del profesor es incuestionable e inevitable ya que es un paradigma para los estudiantes y representa un papel muy importante después de los padres por lo cual debe ser neutral y demostrar la idoneidad que posee.

Al igual que el profesor son importantes los estudiantes de grados superiores, quienes son escogidos por su simpatía y por el manejo del lenguaje proyectándose así como un modelo a imitar. Es evidente que en la vida escolar de cada día brotan frecuentemente conductas modélicas de autoconfianza y al mismo tiempo también proliferan los comportamientos negativos con la consiguiente influencia deformadora

Dentro de la comunidad rondan personas que pueden actuar como modelos de la autoestima, conviene descubrirlas, hablar con ellas, invitarlas a un encuentro con los estudiantes para conformar un grupo de trabajo que ayuden en la formación de la personalidad especialmente el desarrollo de la autoestima. La escuela debe estar abierta a la comunidad en general propiciando un ambiente agradable.

- Modelado no Participativo. Los personajes que han hecho historia son una fuente de motivación y formación de primera magnitud en todos los campos del aprendizaje, la presentación de éstos y el estudio deben ocupar mayores espacios en la enseñanza de todas las áreas ya que el desconocimiento sería una pérdida en la maduración personal de los estudiantes.

- Modelado en Cubierta. En este mecanismo interviene mucho la imaginación del estudiante ya que se proyecta con el personaje o modelo a seguir, un aspecto primordial es la vivencia de una relación afectiva e intensa de la persona con el modelo que lleva dentro representado en su imaginación. Conviene que finalice el argumento imaginativo con las ventajas y satisfacciones que le sobrevienen por su actitud y conducta deseada. *“Quien alcance su dominio y la ejerza habitualmente habrá descubierto una senda secreta que le conducirá a la consecución de la madurez humana”*¹²

La educación del componente Afectivo.

El componente afectivo está íntimamente ligado al componente cognitivo, el corazón de la autoestima está convocado por las energías afectivas y motivadoras que hacen parte del componente afectivo; Ninguna persona puede autoestimarse y tener confianza en sí misma si no se ha sentido amada, y nadie sabrá respetarse y amarse así mismo, si no ve como le respetan y le aman los otros.

¹² ALCANTARA, José Antonia. “Cómo educar la autoestima”. Editorial CEAC. 1990.

La escuela es el espacio donde se puede mejorar la convivencia, reestructurando la vida escolar desde sus bases y proyectarla hacia un modelo donde los estudiantes aprendan la ciencia de la amistad. Uno de los objetivos dentro del M.E.N. “*Desarrollar las actitudes de colaboración y solidaridad*”, se sabe que estas actitudes llevan a la amistad y a la mutua estimación de las personas. Como dice Erik Fromm contadas ocasiones “*Sólo en c nuestra cultura trata de aprender el arte de amar; dedicamos casi todas nuestras energías a otras cosas y muy pocas a aprender el arte de amar*”.

En la escuela se habla mucho del fracaso escolar, del rechazo hacia ésta, de la falta de motivación de los estudiantes, pero no se habla del posible cambio que puede suscitar al mejorar las relaciones humanas con profesores y compañeros creando un ambiente de respeto, cordialidad, solidaridad y hasta de amistad; dejando atrás el inusual tratamiento de estudiantes con maltratos verbales como son los “*apodos*” que son molestos para quien los recibe.

El ambiente escolar debe propiciar y cultivar una conducta afectuosa dentro de el generando el hábito de saludar amablemente, desarrollar la actitud del compartir, cultivar hábitos de cortesía, utilizar el elogio que ayude a tener confianza en sí mismo y desarrollar una buena autoestima.

Educando el componente Conductual.

El tercer componente de la autoestima significa intención de actuar como persona que se siente importante y el comportamiento coherente con ese sentimiento. Es la conducta que busca la autoafirmación de la propia valía ante sí mismo y ante la mirada de los demás. Implica el desarrollo de la creatividad y la responsabilidad que es la capacidad de manifestar abierta y claramente sus sentimientos, pensamientos y deseos, si se educa al estudiante en esta doble conducta, es indudable que se estará forjando una sólida autoestima.

Dentro del proceso del desarrollo de la autoestima, está la expresión y desarrollo adecuado de las capacidades propias para vivir una vida satisfactoria, que sea de provecho para sí mismo y para los demás.

2.8 EVOLUCIÓN DE LA AUTOESTIMA

Desde el punto de vista evolutivo el hombre busca y encuentra en primer lugar la imagen de su yo en el espejo del juicio de sus prójimos. Esto ocurre en los niños hasta los doce

años aproximadamente, pero entonces se establece progresivamente un cambio. Es una característica de la metamorfosis anímica que tiene lugar en la pubertad, el que el hombre se descubra en sus relaciones con el mundo, como un yo metafísico, inconfundiblemente distinto y se halla separado de todo lo que en el mundo se halla frente a él y adquiera conciencia de que es un ser que es por sí y para sí. Entonces la imagen del propio yo no se busca exclusivamente en el juicio del mundo sino por sí y para sí mismo. Justo a la necesidad de estimación aparece una nueva tendencia que se puede llamar autoestimación; y en ambos casos se pone de manifiesto la capacidad del hombre de mirarse a sí mismo. Sin embargo en la necesidad de estimación busca el hombre su imagen de valor en el espejo del juicio de sus semejantes y en cambio en la autoestima en el del propio juicio. Esto se refiere a la realización del yo individual como persona.

Al respecto este yo como persona es características de él, tres factores: en primer lugar la vivencia de que la individualidad del hombre es algo que no se puede repetir, que solo una vez existe; mientras que en las plantas y animales son ejemplares repetidos de una especie. El segundo factor que está determinado el concepto de persona es la libertad de poder elegir por sí y decidir sobre sí. Esto implica siempre la intervención del tercer factor: la conciencia de una tarea y de una responsabilidad.

La unicidad del individuo, la libertad de elección y la responsabilidad de la propia existencia constituyen como unidad integrativamente entrelazada en la individualidad de la persona.

A diferencia de la estimación la autoestima, trata de dar al hombre un rango ante sí mismo, es decir la ordenación del mundo que él ha establecido interiormente representando además una exigencia del hombre para consigo mismo.

La autoestima aparece en el adulto bajo la forma de la tendencia a la autonomía, independencia y libertad. Pero en definitiva existen muchos factores externos que modifican el curso normal del desarrollo de la autoestima, añadiendo ciertos autoesquemas negativos que sencillamente son teorías referentes a lo que una persona llega a pensar de sí mismo cuando alguna situación externa se le enfrenta a su vida en forma de obstáculo. Por tal razón es conveniente desarrollar algunos conceptos orientados al fortalecimiento y desarrollo de una verdadera autoestima, teniendo en cuenta que ésta se construye con cuatro elementos principales como son: el autoconcepto, el autoelogio, la autoimagen y la autoeficiencia.

2.8.1 Hacia un buen Autoconcepto

La cultura ha enseñado a las personas a perder el tiempo psicológicamente productivo para sí misma. El valorarse así mismo es un factor que en el mundo contemporáneo ya casi nadie lo tiene. Por tal razón: *"si alguien fracasa, se dice así misma: "dependió de mi"; si logra el éxito se dirá: "fue pura suerte". La autocrítica es buena y productiva si se hace con cuidado"*. (Rizo 1990.23). Por tal razón el autoconcepto empieza a decaer y a generar estrés cuando la autocrítica es severa y dogmática en los individuos. Precisamente las personas del campo llevan este tipo de esquema mental como signo de disciplina y temple

para enfrentar las dificultades de su entorno, en otras palabras muestran mucha terquedad en su conducta, el mismo autor explica en otros de sus apartes lo siguiente: *"Algunas personas, por tener un sistema de autoevaluación inadecuado, adquieren el "vicio" de autorrotularse negativamente por todo. Se cuelgan carteles con categorías generales"*. Tal es así dice el mismo autor que en lugar de decir *"me comporte torpemente"*, dicen *"soy torpe"*. Utilizan el *"soy un inútil"* en vez de *"me equivoqué"* en tal o cual cosa. El autocastigo ha sido considerado equivocadamente, una forma de producir conductas adecuadas.

En el pensamiento humano se utiliza estándares internos, como las metas y criterios internalizados (aprendidos) sobre la excelencia y lo inadecuado. Estos estándares se desprenden del sistema de creencias, valores y necesidades que se posee. Una elevada autoexigencia producirá estándares de funcionamiento altos y rígidos. Sin embargo, si bien es importante mantener niveles de exigencia personal relativa o moderadamente altos para ser competente, el *"corto circuito"* se produce cuando estos niveles son irracionales, demasiado altos e inalcanzables. Paradigmas extremistas tales como *"debo destacarme"* en todo lo que hago o que *"debo ser"* el mejor a toda costa son imperativos que llegan a volverse insoportables.

2.8.2. Salvando el autoconcepto

Para poder tener a salvo el autoconcepto, es necesario tener en cuenta las siguientes guías o soluciones:

1. Tratar de ser más flexible, tanto con otros, como consigo mismo. Es decir no permitirse ser tan normativo, tratar de no ser tan perfeccionista y escuchar a las personas que piensan distinto.
2. Revisar las metas y las posibilidades reales para alcanzarlas. Exigirse así mismo de acuerdo a sus propias habilidades, esquivar fácilmente cualquier frustración.
3. No autoobservarse solo lo malo. Porque de todas maneras cada una de las personas del mundo tiene cualidades y defectos.
4. No pensar mal de uno mismo. Ya que el ser humano de todas maneras aprende por ensayo-error.

2.8.3. Hacia una buena autoimagen: la cultura en general da un juicio estético sobre la apariencia física de las personas, lo que otorga enormes consecuencias para el futuro de la misma.

Diversas investigaciones demuestran que las opiniones cualquiera sean ellas, se ven afectadas por el grado de atractibilidad del observado. No hay un criterio universal de belleza. El patrón ideal de lo que es hermoso se lo adquiere con las experiencias personales y sociales del entorno inmediato. La propia imagen corporal se forma por la influencia de dos fuentes de datos: el ambiente social y los medios de comunicación.

El grupo de referencia y las relaciones que establece un individuo con las personas, son determinantes. Si el grupo familiar considera la belleza física como un valor y el niño no reúne las características esperables de "lindo", no será aceptado incondicionalmente: "algún defecto tenía que tener".

Así una persona se va convenciendo de que es una versión humana del patito feo. Las familias que hacen de la belleza un don apreciable y fundamental, no solo crean en el niño la necesidad de ser hermoso, sino que inculcan estándares ideales e inalcanzables de belleza física.

Otro factor que define notoriamente la autoimagen, es el éxito alcanzado con el sexo opuesto. Las personas "gustadoras" no suelen tener problemas de autoimagen, lo cual no significa que no se preocupen por ella. Aunque la belleza física no garantiza necesariamente el éxito en la conquista, allana la mitad del camino. Los adolescentes que fracasan en conseguir pareja generan problemas de autoimagen en un gran porcentaje de casos.

Una de las causas más terribles y devastadoras de la pérdida de autoimagen, es la burla. En la temprana infancia, cuando los niños son cruelmente sinceros comienzan a gestarse los llamados complejos. Por alguna extraña razón, los sobrenombres siempre dan donde más duele. Y aunque se produzca un cambio positivo en la persona, es decir, que el defecto desaparezca, la burla deja sus huellas.

Si la autoafirmación personal gira alrededor de la belleza física, esto no solo indica una pobre vida interior, sino una muerte prematura. La necesidad imperiosa de mantener la juventud y la belleza a toda costa, y no entender el encanto de las distintas edades, lleva indefectiblemente a la depresión. Muchas personas no se conforman con ser atractivas a

sus treinta o cuarenta años, sino que añoran los dieciocho, de cintura pequeña, piel tersa y carne firme. No aceptan el paso de los años. Angustiosamente se comparan con los jóvenes y se disfrazan de adolescentes, perdiendo su verdadera capacidad de seducción.

Resumiendo, el ambiente inmediato en el cual se carece y las experiencias que en él se tiene sobre la apariencia física, determinan el grado de aceptación. Lo diversos episodios de contacto con otras personas, y más tarde la propia comparación, son almacenados en la memoria en forma de autoimagen.

2.8.4. Mejorando la autoimagen

Para salvaguardar la autoimagen o rescatarla, se debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

1. “Tratar de definir los propios conceptos de lo que es bello o estético. Y no dejarse llevar de la mano por "los conocedores". En este tema nadie es experto. Lo atractivo es simplemente una elección que solo uno puede hacer.
2. Descartar la perfección física y los criterios estrictos. Es decir no hay un absoluto. Hay niveles de atracción y en cuestión de gustos no hay disgustos.
3. Es necesario descubrir y destacar las cosas que a cada uno le gusta. Sintiéndose orgulloso y feliz de los atributos físicos, hace posible que aquellos defectos pasen desapercibidos ante uno mismo y ante los demás”.
4. La autoimagen se transmite a los demás. Es decir si una persona se siente poco interesante y atractiva, dará esa imagen a los demás. En cierta manera la belleza es una

actitud. Los famosos "feos" o "feas-atractivas" son el resultado de una actitud positiva hacia sí mismo. Si alguien se autocompadece, le compadecerán. Si se tiene lástima, inspirará pesar. Si se ve a sí mismo como desagradable le rechazarán. La mejor manera de romper el círculo negativo es gustarse uno mismo.

5. El aspecto físico es solo uno de los componentes de los del autoimagen. Las personas, además de "lindas o feas", pueden ser cálidas, amables, inteligentes, tiernas seductoras, sensuales, interesantes, educadas, alegres afectuosas, graciosas, etc.

2.8.5. Hacia un buen autoelogio

Después de orientar el pensamiento con los anteriores elementos que determinan una buena autoestima, cabe señalar finalmente que es indispensable tomar una actitud enriquecedora en el sostenimiento y valoración de la misma.

En otras palabras es necesario el autoelogio como estructura del pensamiento capaz de sostener aquellas herramientas del pensamiento útiles para enfrentar cualquier obstáculo de la vida. Es muy probable que todas las personas del mundo se han encontrado en situaciones que de cierto modo perjudican la salud mental del individuo si éste no asume el autoelogio como el recurso viable para identificarse permanentemente como un ser valioso para sí mismo y para el medio que lo rodea.

De igual manera es importante considerar que las diversas expresiones de los individuos son de carácter auténtico son expresiones irrepetibles. Basta la buena voluntad para hacerlo y de lo demás está ligado solamente con los gustos.

Si los individuos consideraran la importancia de autoelogios los diversos defectos, complejos, expresiones tímidas no existirán.

En ocasiones una de las mayores dificultades que enfrenta toda persona en la vida social está ligada a la no aceptación o desprecio por su trabajo o actividad realizada. El autoelogio es por tanto la herramienta mental para contrarrestar o al menos omitir los conceptos desfavorables.

2.8.6. Mejorando el autoelogio

Una de las principales características que debe tener una persona con una buena autoestima, es un buen autoelogio. Por más dificultades u obstáculos que se le presente en la vida, éste recurso alimenta el entusiasmo y valentía para demostrarse y demostrar al mundo que tan importante y valioso es como persona.

Autoelogio y autoimagen se ven muy relacionadas ya que le permiten al individuo, estudiarse las cualidades y defectos que tiene.

El reconocimiento de su individualidad, de su potencialidad y de su capacidad de elección, hace posible que el individuo independiente al medio y demás valores externos busque la felicidad no como un sitio al cual hay que llegar sino que se transforma en una manera de viajar en la vida.

Si las diversas expresiones individuales no salen a gusto de los demás, eso realmente no debe importar ya que uno de los fundamentos indispensables que siempre debe estar presente es la originalidad y buena voluntad de hacer cada vez mejor las cosas.

2.9. LA AUTOESTIMA COMO MEDIO DE SUPERACIÓN.

El primer valor que debemos desarrollar es el valor de la autoestima, es decir, tener la capacidad de darnos el valor que realmente merecemos, puesto que todos los seres humanos representamos una serie de atributos que nos hace una obra de la creación.

Las personas tenemos una inteligencia de la cual aún no conocemos sus fronteras, todos los seres humanos poseemos un cerebro con un potencial extraordinario, no podemos negar que lo tenemos en cambio si podemos renunciar a utilizarlo plenamente, desde luego el vehículo que nos permite lograr la realización integral de nuestra mente y nuestro cuerpo es la educación ya que la ignorancia a condenado a muchos a nacer y no existir.

La vocación de todo ser humano es: Triunfar y alcanzar la Realización, la felicidad es una consecuencia de esta realización y esto solamente es posible cuando logramos expresar plenamente nuestras potencialidades, para lograrlo es indispensable creer en si mismo, en sus cualidades y tener la fe suficiente para llevarlo a su máxima expresión.

2.9.1 DEFINICIÓN DE TERMINOS

Autoestima: es la percepción personal que tiene el individuo sobre sus propios méritos y actitudes. Es el concepto que tenemos de nuestra valía personal y de nuestra capacidad.

Autoconocimiento: es el conocimiento de cada una de las partes que componen el Yo.

Autoconcepto: son una serie de creencias de sí mismo que se manifiestan en la conducta y la manera de actuar.

Autoevaluación: refleja la capacidad interior de evaluar las cosas como buenas y malas.

Autoaceptación: es admitir y reconocer todas las partes de sí mismos como un hecho como la forma de ser y sentir.

Autoimagen: Es la posibilidad que tiene el individuo de percibirse a sí mismo no mejor ni peor, sino como realmente es verse con claridad con sus virtudes y limitaciones.

Autorespeto: consiste en atender las propias necesidades y valores, expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones.

Afectividad: como proceso que implica la capacidad de reaccionar por medio de sentimientos, emociones, pasiones. El proceso afectivo de un estudiante se determina de manera real por el interés, el gusto, las aspiraciones, el grado de motivación que determina las preferencias.

Proceso educativo: considerado como el camino de formación del individuo, se convierte en un conjunto de acciones mentales, afectivas, volitivas y bajo el asesoramiento de un maestro, si ésta relacionado con el estudiante.

Ambiente: Conjunto de factores biológicos, mesológicos que rodean al ser humano que directa o indirectamente influyen sobre él.

Aprendizaje humano: proceso en el cual intervienen las facultades perceptivas, cognoscitivas y motrices del hombre para producir el cambio relativamente en la conducta.

Conducta: comportamiento. Conjunto de acciones que un animal realiza como respuesta a un determinado estímulo.

Desarrollo: serie de etapas por las que pasa un ser vivo.

Psicología educativa: campo de especialización que concierne a los aspectos psicológicos de la enseñanza y de los procesos de aprendizaje.

Relaciones humanas: conjunto de normas y actitudes que orientan al ser humano en relación con el grupo en el cual está integrado.

Valores: son cualidades irreales, intemporales, carecen de corporalidad, percibibles por la intuición e ideales absolutos, su forma no es el ser real, sino el ser valioso a cuya

realización tiende la persona humana y de los que depende la validez de nuestros juicios normativos, ya en un sentido mental o afectivo.

Nuestros valores son características o ideas acerca de lo que sentimos, estos a su vez afectan nuestras decisiones, metas o conductas, "valor es todo aquello que le da sentido a la vida", cuyos aspectos son:

- **La objetividad:** los valores son objetivos, es decir mantienen su forma de realidad más allá de toda operación y sostiene que los actos de agrado y desagrado son su fundamento.
- **No-independencia:** es la adherencia del valor a las cosas, por eso los valores siempre hacen referencia al ser y son expresados como predicaciones del ser.
- **Polaridad:** es el desdoblamiento de cada cosa en un aspecto positivo y en uno negativo; es decir, cada valor posee su antagónico.
- **Cualidad:** los valores son totalmente independientes de la cantidad y por eso no pueden establecerse relaciones cuantitativas, lo característico de estos es la cualidad pura.

3. MARCO CONTEXTUAL.

3.1 LA INSTITUCIÓN.

El Instituto Técnico Girardot, se encuentra ubicado en el casco urbano del municipio de Túquerres, en la dirección calle 24 No. 13B-83 barrio La Reconstrucción, en la zona céntrica de la ciudad. Es el único centro de bachillerato encargado de la formación del estudiante trabajador en las jornadas diurna y nocturna. Los estudiantes del Instituto provienen de los diferentes estratos que conforman nuestra comunidad, los cuales se desempeñan en las labores diversas como son: actividades agrícolas y oficios varios, desplazándose a diario de sus sitios de trabajo, ya sean de la zona rural como de la urbana.

Después de veinticuatro años de ininterrumpidas labores, actualmente cuenta con sede propia, asignada por parte del municipio, la cual está en una etapa de remodelación y dotación.

En la actualidad el Instituto Técnico Girardot atiende a más de doscientos estudiantes que se discriminan en niños para la jornada diurna y mayores de catorce años para la jornada nocturna.

3.1.1. Filosofía

La Institución, marcha sobre la Filosofía de Educar Valores Morales, Sociales, Cívicos y Éticos y preparar a las personas para ser forjadoras de su propio trabajo, siempre con Visión futurista y Misión de compromiso con algo mismo, con la comunidad y con la planta.

3.1.2 VISIÓN

Frente al reto del tercer milenio, esta Institución lograrán un posicionamiento de liderazgo, generando y propiciando espacios de participación, convirtiéndose en una fuente permanente de ideas, valores y acciones que conlleven a un mejor vivir en el municipio de Túquerres. La manera de enfrentar los tiempos venideros es cooperación y la preparación al continuo cambio.

Por lo tanto, es indispensable crear espacios comunes desde los cuales se puede ver la vida a la luz de los valores, principios y criterios donde la base de la participación y el apoyo mutuo sea la ley para la construcción del futuro.

En el mundo sin frontera, la persona será la única ventaja competitiva. Será necesario entonces, potenciar, desarrollar, dinamizar y lograr pensamientos creativos, vivencia de valores, cultura participativa que eduque a la persona a competir con sus saberes, actitudes y valores, es decir con la calidad y excelencia.

Con el manejo de la lógica y el ego, la percepción, la emoción, el sentimiento, lograremos la sabiduría necesaria para el beneficio común.

En cuanto a estructura física y administrativa, a mediano plazo estaremos en condiciones de satisfacer las necesidades de la modalidad técnica con las condiciones más óptimas posibles haciendo uso de la tecnología de la punta creando la conciencia del avance permanente y la educación constante a los cambios que se presentan.

El egresado de nuestro colegio será sin duda una persona capaz de enfrentar todos los retos que encuentre en su camino, seguro de sí mismo y con una visión prospectiva de su propio futuro.

3.1.3 Misión

La misión de la nueva Institución es:

- Propender por el desarrollo integral de sus estudiantes con programas académicos adecuados que permitan el mejoramiento de su calidad de vida.
- Formar un ciudadano generador de su propio trabajo, con iniciativas futuristas que contribuyan al bienestar de la comunidad.
- Formar hombres con calidad humana, que practiquen valores de honestidad, responsabilidad, equidad, justicia, tolerancia, autoestima y respeto para con sus ciudadanos.

- Descubrir, rescatar y estimula el arte como manera de fortalecer el espíritu y de aprender a convivir con la naturaleza.

3.1.4 Objetivos

3.1.4.1 Objetivo General

Enmarcar los procesos curriculares, pedagógicos y en general todos los de formación del ser humano dentro de unas pautas expresas en el Proyecto **EDUCACIÓN INTEGRAL PARA EL SIGLO XXI.**

3.4.1.2 Objetivos Específicos

- Buscar la integración de la comunidad educativa en el desarrollo de todas las actividades académicas y las relacionadas con la comunidad en general.
- Desarrollar en el estudiante un sentido crítico frente a los mensajes transmitidos por los diversos medios de comunicación masiva.
- Propender por la formación de personas autónomas dentro de un concepto claro de libertad.
- Buscar un cambio en las estructuras del proceso de aprendizaje, con la actualización de conocimientos metodológicos a fin de mejorar la calidad educativa y la forma de vida.

- Concientizar a la Comunidad Educativa sobre el respeto a los Derechos Humanos en todos sus niveles.
- Orientar al estudiantado hacia una sexualidad sana y con gran sentido de responsabilidad.
- Hacer partícipe al estudiante del proceso administrativo a través del gobierno escolar de la Institución.

3.1.5 PERFILES.

3.1.5.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE.

El estudio del Instituto Técnico Girardot será coherente entre su sentir y actuar, solidario, con gran espíritu de liderazgo, constructor de sus proyectos de vida, trabajador calificado y vivenciador de valores.

3.1.5.2 PERFIL DEL DOCENTE.

El Docente del Instituto Técnico Girardot debe ser:

Una persona que se caracterice por proyectar a través del ejemplo y su trabajo docente valores como responsabilidad, respeto, honestidad, amor por su trabajo, solidaridad y principios morales que lo identifiquen como un modelo de vida. Que emplee procesos

metodológicos y pedagógicos que estén de acuerdo a los cambios científicos, tecnológicos, culturales y sociales de hoy en día.

Que posea un real sentido de pertenencia y compromiso con la Institución.

3.1.5.3 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA.

El perfil del padre de familia debe ser una persona crítica, constructivista, colaboradora, que cultive en sus hijos los valores como el amor, respeto, solidaridad una persona con carácter de pertenencia a la Institución.

El padre de familia del estudiante del Instituto Técnico Girardot debe comprometerse a participar activamente en la formación humana y académica de sus hijos matriculados en la Institución.

3.1.6 VALORES.

Para rescatar o cultivar dentro de la población objetivo de nuestro establecimiento, valores tales como la solidaridad, el respeto, el amor a la naturaleza, la tolerancia, la honestidad, la autoestima, la ternura, etc., se desarrollarán las siguientes acciones:

- Brindar la oportunidad de educarse a la comunidad obrera, de tal manera que permita contribuir en la estructuración de la personalidad del estudiante.

-
- Identificar y desarrollar en el estudiante áreas para que así desarrolle un trabajo comunitario en función de sí mismo, la familia y la comunidad.
- Identificar y desarrollar en el estudiante actitudes de liderazgo, con miras a que participe activamente en la solución de problemas de su comunidad.
- Crear conciencia sobre la dignidad del trabajo sin discriminar profesión u oficio y que reconozca a su vez que el trabajo es el medio para mejorar sus condiciones de vida.
- Rescatar e inculcar sentimientos de respeto hacia la vida y demás derechos humanos con base a lo principio que rigen nuestra Constitución Política.
- Capacitar al estudiante para que pueda interpretar y utilizar en la vida diaria los conocimientos adquiridos en las diferentes áreas.

4. METODOLOGIA

4.1. TIPO DE INVESTIGACION

El presente proyecto seguirá los parámetros de la Investigación Cuantitativa, debido a que para su desarrollo se utilizará el diseño de Pre-test y Post-test, utilizando el análisis correspondiente de acuerdo a las variables de estudio.

Por lo anterior el propósito de la investigación es cuantificar y describir el nivel de la autoestima en los estudiantes del grado Quinto del Instituto Técnico Girardot. La investigación es de carácter longitudinal, por cuanto en un primer momento el cuestionario (Pre-tes) en forma simultanea a todos los estudiantes del Grado Quinto del Instituto Técnico Girardot como cuarto momento a partir de los resultados del estudio se diseñará un programa que ayude al fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes anteriormente mencionados. Además de ser una investigación cuantitativa, propositiva es descriptiva ya que se va a caracterizar el nivel de autoestima de los estudiantes que son objeto de estudio.

HIPOTESIS:

HPOTESIS TRABAJO

Los niños que se expongan a un programa de fortalecimiento de la autoestima tendrá un puntaje significativamente mayor en la prueba post test que en el pre-test.

HIPOTESIS NULA:

No se encuentran diferencias significativas en los resultados de las pruebas pre-test post test después de aplicando el programa de fortalecimiento de la autoestima.

VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE. Programa para el fortalecimiento de la autoestima.

VARIABLE DEPENDIENTE. Resultados de las pruebas pre-test- post test.

VARIABLE DE CONTROL. Que son edades comprende 9 y 11 años curso quinto grado, sexo masculino y femenino de la Institución Educativa Instituto Técnico Girardot.

4.2. POBLACION

El estudio es poblacional y se trabajará con 26 estudiantes es la totalidad del Grado Quinto del Instituto Técnico Girardot así: 15 mujeres y 15 hombres que oscilan entre las edades 9 a 11 años

4.3. RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

El Instrumento para la obtención de información los Cuestionarios de Autoestima (test).

Con 19 preguntas, tabla de opciones: 5 Opciones así:

1. NO
2. CASI NUNCA
3. ALGUNAS VECES

4. SI
5. MUCHISIMO.

El formulario se presenta formalmente así:

Ciudad

Fecha

Nombre

INSTRUCCIÓN: Marque en la casilla correspondiente la primera impresión que Usted tenga con respecto a las siguientes frases. Le rogamos responder a todas las preguntas. Sea espontaneo en sus respuestas, exprese su sentimiento, con relación a cada una de estas frases.

4.4 VALORACION

la prueba se califica con un puntaje mínimo de 19-38 el cual representa quien se encuentre entre este ítem presenta muy alta autoestima y de lo contrario quien este entre 77-95 se encuentra en un nivel de muy baja autoestima:

Puntaje Mínimo 19

Puntaje Máximo 95

Si el ítem es de 19 el estudiante presenta Muy alta autoestima.

Si el ítem es de 95 el estudiante presenta Muy baja autoestima.

4.5. INTERPRETACION

La interpretación de la información se la realizará tabulando la siguiente escala:

Entre 19 – 38 puntos Muy Alta Autoestima

Entre 37 - 56 puntos Alta Autoestima

Entre 57 - 76 puntos Baja Autoestima

Entre 77 - 95 puntos Muy Baja Autoestima.

La aplicación del Cuestionario (pre-test) y cuestionario (post-test), es con el objetivo de confrontar el nivel de autoestima de los estudiantes antes y después de haber desarrollado el programa para el fortalecimiento de la autoestima.

5 ANALISIS E INTERPRETACION DE LA INFORMACION



Fig. No. 1. ESTUDIANTES GRADO QUINTO

5.1. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

En la presente investigación se trabajo con 30 estudiantes entre las edades comprendidas de 9 – 11 anos del grado quinto del Instituto Técnico Girardot, grupo de 15 niños y 15 niñas.

Los ninos proceden de diferentes barrios que conforman la ciudad de Túquerres.

TABLA 1

CARACTERISTICAS GENERALES DE LA POBLACIÓN DE ESTUDIO DEL GRADO 5° DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT

GENERO	NUMERO	EDAD	EDAD	TOTAL
---------------	---------------	-------------	-------------	--------------

		PROMEDIO	PROMEDIO	
MASCULINO	15	10.6	10.4	30
FEMENINO	15	10.2		

Fuente: Esta investigación.

5.2. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Para la recolección de la información se empleó un cuestionario de autoestima llamado Pre-test que para su construcción se rigió a las siguientes etapas:

Primera etapa. Se tomó como referencia un cuestionario de autoestima al cual se le hicieron modificaciones de acuerdo a las edades y de los estudiantes, en esta etapa tiene unas falencias e inconsistencias.

Segunda etapa. Elaborado el cuestionario se lo da a conocer a la asesora y a tres psicólogos quienes emitieron sugerencias como adecuar los ítems de acuerdo al desarrollo evolutivo del niño para una mejor comprensión.

Los ítems deben ir acorde a la edad.

Se trata de una manera adecuada y respetuosa, no tutearlos.

Ordenar los ítems de acuerdo al cuestionario general

Tercera etapa. Realizado los ajustes pertinentes, fue sometido a un estudio piloto con 5 estudiantes del grado quinto independientes a la población de estudio.

Cuarta etapa. Mediante a la sugerencia y reajustes en las etapas anteriores, el cuestionario se aplico directamente a los estudiantes del grado quinto del Instituto Técnico Girardot. Por lo tanto el cuestionario surge de un proceso de sugerencias de correcciones de observaciones y reajustes, para que éste pueda diagnosticar en forma real el nivel de autoestima.

5.3. INTERPRETACION DE RESULTADOS DEL PRE-TEST



Fig. No. 2. DESARROLLO DE CUESTIONARIOS (PRE-TEST)

En la aplicación del cuestionario (pre-test) se presentaron vacíos y dificultades comunes en niños y niñas, lo que permitieron establecer cuáles son los principales problemas que afectan la autoestima como son:

- Dificultad para aceptar y confiar en sus capacidades.
- Dificultad para comunicarse con las personas.
- Escasa valoración sí mismos.
- No aceptación de críticas, baja tolerancia a las frustraciones.
- Dificultad para manejar las propias emociones.
- Preocupación por la imagen por sí mismo ante los demás.

El método de análisis estadístico, busca identificar los niveles de autoestima en la variable dependiente, en cuyos resultados de la aplicación del pre-test conllevan a reflexionar sobre el nivel de autoestima de los 30 estudiantes, los cuales presentaron un rango de baja autoestima con 76.7% seguido de 23.3% con alta autoestima, lo que determinó que dichos estudiantes se encuentren en un rango de muy baja y baja autoestima.

Estos resultados se obtuvieron mediante la sumatoria del número de estudiantes que se encontraban en los diferentes rangos de interpretación (57 - 95) del nivel de autoestima.

TABLA 2

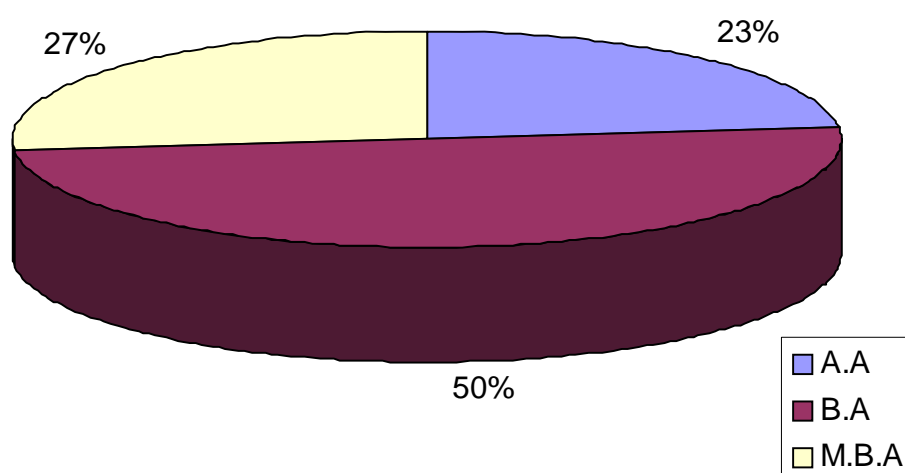
DISTRIBUCION GENERAL DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS

ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT

EN LA APLICACIÓN DEL PRE-TEST

NIVEL AUTOESTIMA	M.A.A	A.A	B.A	M.B.A
NUMERO ESTUDIANTES	–	7	15	8
PORCENTAJE %	–	23.30%	50%	26,7 %

Fuente: Esta investigación



Esto nos permitió con mayor interés realizar el programa para el mejoramiento y fortalecimiento de la autoestima procediendo con el análisis de acuerdo al género el 50% de la población de estudio que representa a las 15 niñas, el 86.6% presentan baja autoestima y sólo un 13.3% alta autoestima; el 50% que representa al género masculino se encuentran en

un 66.6% con baja autoestima y el 33.3% en alta autoestima. Para determinar la media aritmética que es igual a la suma de los valores, dividido por su número representada así:

N = Nivel de Autoestima

X = Items

\bar{X} = Media Aritmética

Donde la media aritmética es género masculino y es de 69.13%, puntaje promedio y en el género femenino de 65.06% puntaje promedio.

TABLA 3
DISTRIBUCION DEL NIVEL DE AUTOESTIMA CON RESPECTO AL GÉNERO,
EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL
INSTITUTO TECNICO GIRARDOT

CODIGO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	PROME-	PROMEDIO		
NIVEL AUTOESTIMA	59	77	64	68	87	72	71	57	73	81	73	66	45	60	84	Media	A.A	B.A	M.B.A
HOMBRES	B.A	M.B. A	B.A	B.A	M.B .A	B.A	B.A	A.A	B.A	M.B. A	B.A	B.A	A.A	B.A	M.B. A	69.13	13.3	60	26.6
NIVEL AUTOESTIMA	69	66	77	73	60	78	82	39	44	68	55	43	78	67	77	65,06	33.3	33.3	33.3
MUJERES	B.A	B.A	M.B. A	B.A	A.A	M.B. A	M.B. A	A.A	A.A	B.A	A.A	A.A	M.B. A	B.A	M.B.A				

Fuente: Esta investigación.

M.A.A = Muy Alta Autoestima

A.A. = Alta Autoestima

M.B.A.= Muy Baja Autoestima

En cuanto a los valores de porcentaje de acuerdo a las opciones de cada item, se describe el número de estudiantes que eligieron cada opción, donde representa un promedio mayor la elección de la opción 2 con 40.1%, seguida de la opción 3 con 26.4% y la opción 1 con 25.9%.

Opción 2 = Casi nunca

Opción 3 = Algunas Veces

Opción 1 = No

TABLA 4

VALORES DE PORCENTAJE DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT DE ACUERDO A LAS OPCIONES EN LOS ITEMS

ITEM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	%	
O P C I O N E S	1	6	6	10	6	9	11	6	5	6	8	9	8	5	8	8	8	6	9	14	25.9
		20	20	33	20	30	36.3	20	16.6	20	26.6	30	26.6	16.6	26.6	26.6	26.6	20	30	46.6	
	2	15	20	14	12	9	12	14	12	10	11	12	13	13	10	8	8	10	16	10	40.1
		50	66.6	47	40	30	40	46.6	40	33.3	36.3	40	43.3	43.3	33.3	26.6	26.6	33.3	53.3	33.3	
	3	9	4	6	12	9	3	6	12	13	9	5	3	7	7	13	12	13	3	5	26.4
	30	13.3	20	40	30	10	20	40	43.3	30	16.6	10	23.3	23.3	43.3	40	43.3	10	16.6		
					3	2	4			2	3	6	1	5	1	2	1	2			
					10	6.6	13.3			6.6	10	20	3.3	16.6	3.3	6.6	3.3	6.6			5.6
						2			1		1		4						1		
						6.6			3.3		3.3		13.3						3.3	1.5	

Fuente: Esta investigación.

Es importante destacar que para el desarrollo de la autoestima es necesario llevar a cabo programas que conduzcan la mejoramiento de esta, posteriormente a la aplicación del pre-test interactúa la variable independiente. Programa para el fortalecimiento de la autoestima cuyos resultados fueron favorables y positivos a la población de estudio y se destaca la importancia de dicho programa al analizar los resultados de la aplicación del post- test.

5.4. INTERPRETACION RESULTADOS DEL POST-TEST



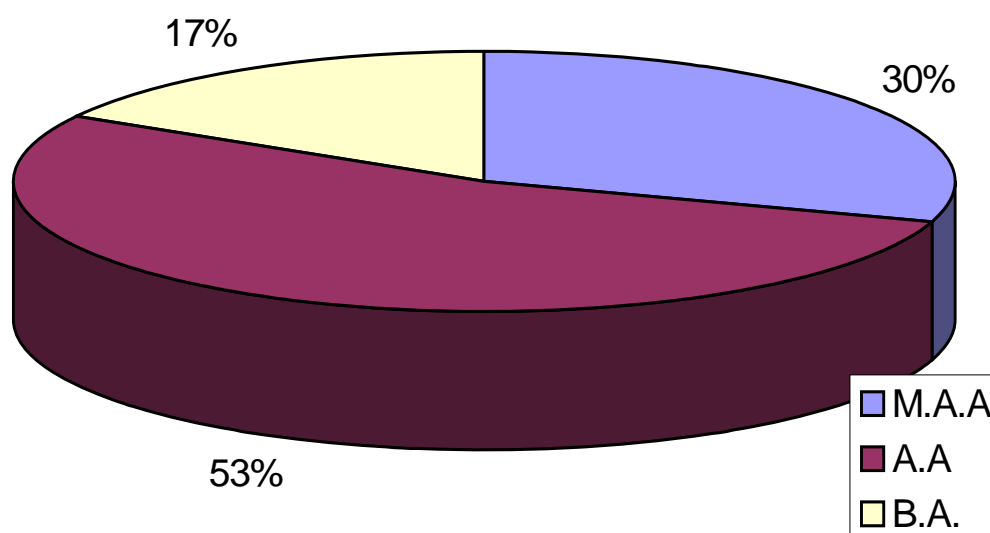
Fig. No. 3. DESARROLLO CUESTIONARIO POST-TEST

Para entender los resultados obtenidos en la aplicación del post-test se aplicó el mismo método de análisis estadístico del pre-test, cuyos resultados se expresan teniendo en cuenta la variable dependiente, resultados de las pruebas pre-test - post-test.

Los datos de los resultados nos indican que el 83.30% se encuentran en el rango de muy alta y alta autoestima y el 16.6% se ubican en baja autoestima.

TABLA 5
DISTRIBUCION GENERAL DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS
ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT
EN LA APLICACIÓN DE POST-TEST

NIVEL	MAA	AA	BA	MBA
AUTOESTIMA	9	16	5	—
# ESTUDIANTE	30%	53.30%	16.60%	



En este análisis nos damos cuenta el efecto que tuvo el desarrollo del programa y como interactúan la variable independiente no sólo con toda la población sino también con el género.

De acuerdo al género en los estudiantes objeto de estudio (30) los resultados fueron positivos gracias a la ejecución del programa donde se logró un porcentaje de 79.9% en el género femenino en el rango de muy alto y alta autoestima y en un 20% baja autoestima

como también para el género masculino cuyo promedio está en 86.6% en muy alta y alta autoestima y un 13.3% baja autoestima.

Para determinar la media aritmética se procede de la misma forma como en la aplicación del pre-test, donde la media aritmética en el género femenino es de 40.13% puntaje promedio y en género masculino de 42.1% puntaje promedio.

TABLA 6

DISTRIBUCION DE LA AUTOESTIMA CON RESPECTO AL GÉNERO, EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT

CODIGO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	PROMEDIOS			
HOMBRES	40	47	29	49	49	44	41	40	31	62	29	32	41	39	59	42.1	20%	66.66	13.3
NIVEL AUTOESTIMA																			
PUNTAJE	AA	AA	MAA	AA	AA	MAA	AA	AA	AA	BA	MAA	MAA	AA	AA	BA	AA	MAA	AA	BA
MUJERES	39	39	40	41	24	54	58	26	29	42	29	23	58	40	60	40.13	33.33%	46.6	20
NIVEL AUTOESTIMA	AA	AA	AA	AA	MAA	AA	BA	MAA	MAA	AA	MAA	MAA	BA	AA	BA	AA	MAA	AA	BA
PUNTAJE																			

Para los valores de porcentaje de acuerdo a las opciones de cada item, se describe el número total de estudiantes que eligieron cada opción, donde representa un promedio de cada opción eligiendo la opción 4 con un promedio de 29.4% seguida de la opción 3 con 26.9% y la opción 5 con 25.4%.

Opción 4 igual a Si

Opción 3 igual a Algunas veces

Opción 5 igual a Muchísimo

TABLA 7

VALORES DE PORCENTAJE DEL NIVEL DE AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DEL INSTITUTO TECNICO GIRARDOT DE ACUERDO A LAS OPCIONES EN LOS DIFERENTES ITEMS

ITEM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	%	
	1	8	2	3	1	2	3	2	3		2	3	1	2	4	3	3	1	2	3	8.32
O		26.6	6.6	10	3.3	6.6	10	6.6	10		6.6	10	3.3	6.6	13.3	10	10	3.3	6.6	10	
P	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	2	3	1	4	2	4	3	2	9.2
C		10	10	10	10	10	3.3	10	10	10	10	13.3	6.6	10	3.3	13.3	6.6	13.3	10	6.6	
I	3	6	9	13	8	8	8	12	6	8	10	5	3	9	7	10	11	14	8		26.9
O		20	30	40.3	26.6	26.6	26.6	40	20	26.6	33.3	16.6	10	30	23.3	33.3	36.3	46.6	26.6		
N	4	5	8	7	10	9	8	3	6	10	8	10	12	11	12	13	14	4	9	10	29.4
E		16.6	26.6	23.3	33.3	30	26.6	10	20	33.3	26.6	33.3	40	36.3	4	40.3	46.6	13.3	30	33.3	
S	5	8	8	4	8	8	10	10	12	9	7	8	12	5	6			7	8	15	
		26.6	26.6	13.3	26.6	26.6	33.3	33.3	40	30	23.3	26.6	40	16.6	20			23.3	26.6	50	25.4

Fuente. Esta investigación.

5.5. CONFRONTACION ENTRE PRE-TEST Y POST- TEST



Fig. No. 4. RESULTADOS DE APLICACIÓN DE TALLERES



Los resultados obtenidos nos permiten detectar las inferencias encontradas en el pre-test y post-test y como la variable independiente es decisiva y positiva ante la variable

dependiente, los estudiantes en el pre-test el 76.7% baja autoestima y el 23.3% alta autoestima y con la aplicación del programa y posteriormente el post-test el 83.30% se encuentran en muy alta y alta autoestima y un 16.6% en baja autoestima.

Se acepta de esta manera la hipótesis de trabajo en la medida que si hubo resultados y cambios favorables de lo contrario se rechaza la hipótesis nula por los resultados obtenidos en la confrontación del pre-test y post-test.

TABLA 8

RESULTADOS DE LAS INFERENCIAS DEL PRE -TEST Y POST - TEST

Estudiantes	Nivel Autoestima	Pre-test Porcentaje	Post-test Porcentaje
30	M.A.A	23.3%	83.30%
30	B.A Y M.B.A	76.7%	16.6%

Fuente: Esta investigación.

Las inferencias encontradas en cuanto al género son muy positivas ya que el programa causó un efecto preponderante dando como resultado que el pre-test el 66.6% presentaba

baja autoestima en cuanto al género femenino y un 33.3% presentaba alta autoestima y un porcentaje mayor de 86.6% baja autoestima en la aplicación del pre-test y en post-test los resultados fueron óptimos 86.6% alta autoestima y un 13.3% baja autoestima.

TABLA 9
INFERENCIAS DE LA CONFRONTACION DEL PRE-TEST Y POST-TEST EN
CUANTO AL GENERO

GENERO		PRE-TEST		POST -TEST	
		M.A.A Y A.A.	B.A. Y M.B.A	M.A.A. Y A.A.	B.A. Y M.B.A
	FEMENINO: 15	33.3%	66.6%	79.9%	20%
	MASCULINO: 15	13.3%	86.6%	86.6%	13.3%

Fuente: Esta investigación

5.6. PROGRAMA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA

TALLER No. 1

RELACIONÁNDOME CON LOS DEMÁS



Fig. No. 5. RELACIONANDOME CON LOS DEMAS

TIEMPOS: 45' Recurso Talento Humano.

OBJETIVO: Lograr que todos los estudiantes que presenten dificultad para comunicarse y puedan manifestar y acepten sus cualidades y las de sus compañeros.

DINAMICA: Capitán, capitancito.

ACTIVIDADES:

1. Invitamos a los participantes a sentarse en círculo.

2. Pediremos a un estudiante voluntario que se siente en el centro del círculo y a continuación todos los compañeros que quieren expresar alguna cualidad positiva que hayan observado desde que le conocen.
3. Se tendrá en cuenta a los estudiantes que presenten dificultad al comunicarse.
4. Le agradecemos su colaboración y le diremos que escuche atentamente los mensajes que le envían sus compañeros, sin hacer ningún comentario.
5. Recomendamos a los asistentes hablarle directamente, con confianza y mirándole a los ojos para que la comunicación se torne agradable.
6. Cuando sus compañeros hayan expresado sus opiniones se les pedirá que se levante y de un gesto de agradecimiento.
7. Al finalizar se pedirá a todos los que hayan participado que expresen como se sintieron y los mensajes que más le llamaron la atención.

MI IMAGEN CORPORAL



Fig. No. 6. MI IMAGEN CORPORAL

TIEMPO : 40'

MATERIALES : Hoja, fotocopias, lápices, marcadores, borrador.

OBJETIVO : Ayudar a los estudiantes a reconocer y aceptarse como son.

DINAMICA : El Tiburón

ACTIVIDADES:

- Dar una charla acerca de el reconocimiento de uno mismo y de la manera como nos aceptamos con todo lo que poseemos cualidades – defectos.

- Entregar a los participantes una hoja en blanco y pedirles que dibujen su cuerpo con todo lo que poseen de manera que ocupen toda la hoja.
- Escribir en el lado derecho empezando desde la cabeza y teniendo en cuenta sus órganos; lo positivo ejemplo: un pensamiento agradable, una mirada, un olor agradable, una palabra amable y así continuar con todo su cuerpo.
- Escribir en el lado izquierdo lo contrario del derecho, ejemplo: un pensamiento desagradable, una mala mirada, un olor desagradable, una palabra ofensiva y de la misma forma terminara con todo el lado izquierdo.
- Al final de la hoja, todos escribirán una frase con la cual les gustaría que los recuerden

TALLER No. 3

MI BANDERA PERSONAL

TIEMPO : 30 - 40'

- MATERIALES** : Hoja, fotocopias, lápices, marcadores, borrador, lapiceros
- OBJETIVO** : Ayudar a los estudiantes a considerar sus cualidades y debilidades.
- DINAMICA** : Las Madrigueras

ACTIVIDADES:

- Dar una hoja de trabajo a cada estudiante.
- Elegir 6 preguntas de las que aparecen a continuación.
- Leer las preguntas en voz alta. Explicar que una bandera representa un país e historia. Pedirles que hagan su propia bandera personal.
- Pedir a los estudiantes que cada vez que se lea la pregunta la respondan trazando un dibujo Ejm. En una pregunta que diga sobre los logros personales y alguno de ellos sea bueno para la música puede dibujar algún instrumento musical.
- Cuando haya terminado sus dibujos, deben escribir su nombre en la bandera, se pedirá formar pequeños grupos para que compartan sus dibujos.
- Se reúne a todo el grupo y se realiza una disección.

Preguntas para la Bandera.

1. ¿Cuál piensas que ha sido tu máximo logro de tu vida hasta ahora?.
2. ¿Qué es lo que más te gusta de tu familia?.
3. ¿Qué es lo que más valoras en la vida?.
4. Menciona 3 cosas en las que seas bueno.

5. Qué te gustaría mejorar en ti mismo.
6. Si mueres hoy ¿Por qué te gustaría ser recordada?.
7. ¿Quién es la persona que más admiras?.
8. ¿Cuál es tu sueño o aspiración más alta?.

TALLER No. 4

REFLEXIONES

TIEMPO : 45'

MATERIALES : Grabadora, cassette, hoja, lápices, borrador.

OBJETIVO : Desarrollar en el estudiante la capacidad de escuchar y reflexionar por medio de la canción Desiderata.

DINAMICA : “Yo soy”

DESIDERATA

Camina placido entre el ruido y la prisa

Y piensa en la paz que se puede encontrar en el silencio,

En cuanto te sea posible y sin rendirte

Mantén buenas relaciones con las personas.

Enuncia la verdad de una manera serena y clara

Y escucha a los demás,

Incluso al torpe e ignorante

También ellos tienen su propia historia.

Esquiva a las personas ruidosas y agresivas

Ya que son fastidio para el espíritu

Si te comparas con los demás te volverás vano y amargado.

Pues siempre habrá personas más grandes y más pequeñas que tú.

Disfruta de tus éxitos lo mismo que de tus planes

Mantén el interés en tu propia carrera;

En el fortuito umbral de los tiempos.

Se cauto en tus negocios pues el mundo está lleno de engaños

Más no dejes que esto te vuelva ciego

Para la virtud que existe

Hay muchas personas que se esfuerzan por alcanzar nobles ideales.

La vida está llena de egoísmo

Se sincero contigo mismo

En especial no finjas el afecto y no seas cínico en el amor

Pues en medio de todos los avideces y desengaños es perenne como la hierva.

Acatar dócilmente el consejo de los años

Abandonando con donaire las cosas de la juventud

Cultiva la firmeza del espíritu para que te proteja en la adversidades repentinas

Muchos temores hacen de la fatiga y la soledad

Sobre una sana disciplina se benigna contigo mismo.

Tu eres una criatura del universo

No menos que las plantas y las estrellas

Tiene derecho a existir

Sea que te resulte claro o no

El universo marcha como debiera.

Pero eso debes estar en paz con Dios o cualquiera que sea tu idea de él

Y sea cualesquiera tus trabajos y aspiraciones

Conserva la paz con tu alma en la bulliciosa confusión de la vida.

Aun con toda su falta penalidades y sueños fallidos

El mundo es todavía hermoso

Se cauto, esfuérzate por ser feliz.

ACTIVIDADES:

1. Los estudiantes deben colocarse en mesa redonda un poco separados para que no se distraigan entre ellos.
2. Se leyó en voz alta la letra de la canción “Desiderata”.
3. Con la ayuda de una grabadora hacen escuchar a los estudiantes la canción Desiderata.
4. Se entregó una hoja de papel en blanco para que tomarán nota de una o varias frases que más les llamará la atención.
5. Se hizo escuchar la canción varias veces.
6. Se les dio un espacio de 10’ para que escriban la frase.
7. Socialización de las frases.
8. Reunirse en grupo de 4 personas y escoger una frase y se les entregará un pliego de papel silueta para que la escriban en forma de afiche para adornar el salón.

TALLER No. 5

EL SER INTEGRAL

TIEMPO : 30'

OBJETIVO : Reconocer cuales son mis aspiraciones.

DINAMICA : La Tela de Araña

ACTIVIDADES:

- Realizar un comentario acerca de la persona como ser integral.
- Se entregará a los estudiantes una hoja de papel “trabajo personal”.

- De manera individual y sincera responder a todas las preguntas que se encuentran en la hoja.
- Comentario general.

Trabajo Personal

- Yo soy una persona que le gusta _____
- Yo soy una persona que puede _____
- Yo soy una persona que tiene _____
- Yo soy una persona que siempre _____
- Yo soy una persona que nunca _____
- Yo soy una persona que necesita _____
- Yo soy una persona que quieres _____

6. PROPUESTA PEDAGOGICA

Titulo: *FORTALECIENDO Y DESARROLLANDO LA AUTOESTIMA*

Presentación

Consideramos de vital importancia el desarrollo de la personalidad para un mejoramiento en la vida que está ligado al ambiente familiar, escolar y social puesto que la educación y el desarrollo de la autoestima empieza desde la familia ya que la autoestima es el punto de partida para el desarrollo positivo de las relaciones humanas, del aprendizaje de la creatividad y de la responsabilidad personal.

De aquí surge la necesidad de favorecer al estudiante desarrollando programas que conlleven al desarrollo integral del individuo.

De acuerdo a lo anteriormente expuesto, el camino a seguir para llevar a cabo este propósito es involucrar activamente a la comunidad educativa de una forma participativa, creativa, recreativa y responsable para lograr una mayor integración, valoración y despertar en ellos el amor, la aceptación y la capacidad de establecer una identidad y darle un valor.

Esta propuesta pedagógica está proyectada a la comunidad educativa del Instituto Técnico Girardot de la ciudad de Túquerres.

En la aplicación del (pre-test) cuestionario a la población de estudio se detectaron varias debilidades en la personalidad de los niños, afectándoles en su aprendizaje y en las relaciones interpersonales.

Elegidas las falencias y analizada la situación acordamos implementar un programa con talleres para lograr el fortalecimiento de la autoestima, teniendo en cuenta al niño en nuestra propuesta “fortaleciéndolo y desarrollando la autoestima” y un ambiente favorable para el desarrollo integral, conlleva en términos generales a que cada día el estudiante tenga un mejor nivel en la calidad de vida proyectada hacia un futuro inmediato.

Justificación

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos del cuestionario (pre-test) se observó que el 76.6% de la población de estudio presentan el nivel de baja autoestima.

La autoestima en los niños por ser una actitud depende de las condiciones adecuadas durante la formación en toda su infancia, sí en su desarrollo ha existido una carencia en la personalidad, siempre tiene su origen en algo que les ha faltado durante su etapa infantil los estudios sobre el desarrollo infantil han señalado que la autoestima de los niños esta relacionada especialmente con las actividades de los padres y a que ellos son modelo y el ejemplo de ideas, actitudes y costumbres; a seguir, el deber fundamental de los padres se centra en implantar en cada hogar un conjunto armónico, lleno de valores éticos y morales que hábitos de conducta y reconocimiento de sí mismo donde prime el espacio de la comunicación como vehículo fundamental para forjar mentes abiertas a un mejor modo de convivencia en la sociedad .

El amor de los padres proporciona a los hijos sentimientos de confianza, seguridad que son las pautas de una personalidad sana. La familia es la base primordial de la estructura actitudinal de todo ser humano, pero esta sola usualmente es incapaz de alcanzar una formación suficiente; es por eso que la tarea también incluye a los educadores y expertos a complementar las limitaciones de la familia.

El ambiente educativo debe brindar espacios propicios y humanizado para la formación de actitudes como la autoestima. Para un desarrollo de la autoestima se deben realizar

programas que conlleven a un reconocimiento de sus propias capacidades aceptación, respeto, valoración de sí mismo y a su fortalecimiento de ella misma, logrando de esta manera seres humanos que se integren con facilidad ante la sociedad, que sean capaces de valorar su singularidad que sean personas únicas, especiales y diferentes con poder de decidir lo mejor para su desarrollo y aceptación de sus capacidades, que sean forjadoras de un mejor futuro, personas que puedan servir de modelo con su comportamiento con disposición de distinguir lo bueno de lo malo, capaz de enfrentar nuevas situaciones.

Por lo anterior la propuesta pedagógica no es únicamente a los niños sino también a los padres de familia ya que ellos dan las pautas en la formación del niño

OBJETIVO

Objetivo General.

Fortalecer el nivel de autoestima mediante el desarrollo de programas para estudiantes y padres de familia del Instituto Técnico Girardot.

Objetivos Específicos

- Motivar a la comunidad educativa para la participación en el desarrollo de las actividades.
- Vincular la propuesta pedagógica al proyecto obligatorio de Educación Sexual.
- Recalcar la importancia del autoestima en el desarrollo integral de la persona

- Resaltar lo esencial de realizar programas continuos para el fortalecimiento de la autoestima.

Descripción de la propuesta

En nuestra condición de educadores se ve la urgente necesidad de ayudar al desarrollo integral del educando para que cuando éste se enfrente a la sociedad, sea capaz de afrontar obstáculos, desde otros puntos de vista lo que se pretende por medio de la propuesta integrar a su personalidad que él es un ser único e irrepetible con capacidad para responder a sus propios actos; de la misma manera que éste actúe en forma participativa con la comunidad.

Para que se pueda dar un buen ambiente, familiar, escolar y social es necesario partir del conocimiento de ayuda de estos ambientes la autoestima hace parte de cada uno de ellos y es indispensable conocerla y saber hasta que punto influye en nuestros comportamientos.

La propuesta está orientada a suplir muchas tolerancias que hay en las Instituciones Educativas donde se preocupan por una formación dirigida al aprendizaje de las diferentes ciencias y se han olvidado de otros aspectos que también son importantes en el desarrollo del niño como es la autoestima.

Se ha decidido implementar en la propuesta una serie de talleres que pueden ayudar a educar y desarrollar la autoestima tanto de estudiantes como de padres de familia para que en conjunto se logre un progreso armónico de la misma. Se encuentran comprometidos su

personalidad, sentimientos, emociones y deseos y en la práctica de cada actividad y hechos que tienen relación con la vida del ser.

Los talleres no son una fórmula con normas que se imponen a la fuerza, son medios para demostrar la espontaneidad de los participantes, sirviendo como camino, como punto de apoyo para el continuo intercambio del pensamiento individual con el colectivo.

El impacto que esta propuesta puede causar representa en la sociedad un camino de actitud frente a los valores de tolerancia, respeto y amor propio para lograr así una convivencia ciudadana armónica en donde cada miembro participante se sienta a gusto con el desarrollo de los diferentes talleres que se encuentran dentro del programa. Teniendo en cuenta la importancia de educar la autoestima en el proceso pedagógico y del quehacer educativo conociendo además, la política de apertura del MEN en cuanto a la reglamentación obligatoria de ejecutar los proyectos contemplados en la Ley General de Educación como lo es el Proyecto de Educación Sexual donde la autoestima está implícita dentro de éste.

Para su ejecución solo se necesita que las docentes; estén dispuestos y tener una buena dosis de interés a quienes mejor autoestima en sus estudiantes como base primordial en el desarrollo de la personalidad, dejando de lado la monotonía para trabajar y demostrando el interés para ir en búsqueda de un sano bienestar propio y de los demás. quien la promueva logrará abrirse así mismo espacios de sana diversión y esparcimiento que desencadena en armonía y paz interior a la vez que fortalece el desarrollo de sus propias habilidades y destrezas; de igual manera se beneficiará también la niñez y juventud a quienes va dirigida; será también de gran ayuda a la comunidad por formar parte dentro del proceso educativo y

como son los niños los más eficaces mensajeros vinculan a sus familias en estos importantes espacios de formación.

Esta propuesta aporta a todos los participantes a romper con los amarres de la timidez, el miedo a expresarse y a manifestar sus habilidades y limitaciones, a valorarse en toda su dimensión corporal y a fortalecer su autoestima ya que si ésta falla habra un descenso en el desarrollo personal, académico y social.

Etapas de la Propuesta

Comprende 3 etapas:

Diseño: Se determina los momentos a trabajar y se elabora un plan para desarrollar los talleres.

Estructura:

Base: Instituto Técnico Girardot

Proponer un programa de fortalecimiento de la autoestima

Cento eje principal autoestima

Campos de formación

Para formar dichos campos se plantean las siguientes interrogantes.

¿Qué es la autoestima?

La autoestima es una actitud hacia uno mismo, es la disposición permanente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos. Es la forma de pensar, sentir, amar y comportarse consigo mismo.

¿Por qué es importante la autoestima?

Porque está dentro del proceso de maduración de la personalidad.

¿Cuáles son los beneficios de una buena autoestima?

Superar las dificultades personales, condiona el aprendizaje, apoya la creatividad, la responsabilidad, determina la autonomía personal, constituye el núcleo de la personalidad.

¿Cómo mantener un buen nivel de autoestima?

Se logra mantneer desarrollando programas y actividades continuamente para evitar llegar a una baja autoestima y también del interés del participante.

¿Para qué realizar programas de fortalecimiento de la autoestima?

Para reafirmar y continuar elevando y manteniendo el nivel de autoestima de los individuos.

¿Cuál es nuestro aporte?

Formar ciudadanos capaces de valorarse en toda su dimensión corporal con todas sus posibilidades y limitaciones.

¿Cuál es nuestro aporte?

La propuesta con el propósito de colaborar y tener una disposición junto con los educadores interesados en la educación de las actitudes como es la autoestima.

Momentos núcleos temáticos.

Aproximación: conocer a la comunidad educativa del Instituto Técnico Girardot y determinar la población de trabajo.

Sensibilización: Mediante diálogo con la comunidad educativa dar a entender la importancia de la autoestima y concertar las actividades a desarrollar.

Información: Consulta de textos y actividades pertinentes para el desarrollo de la propuesta.

Formación: Ejecución de los talleres de manera adecuada, ordenada y responsable según las falencias encontradas.

Recursos: Talento humano, material didáctico, material audiovisual.

Ejecución: Se llevará a cabo en el transcurso del año lectivo de acuerdo al cronograma previstos por los docentes y participantes.

Evaluación: Será permanente, observando las actitudes de los individuos con relación a los objetivos y al impacto esperado.

Metodología: Estará dada de acuerdo al desarrollo de las actividades de cada taller.

CONSTRUCCION DE TALLERES

TALLER No. 1

EL JUEGO DE LA AUTOESTIMA

TIEMPO : 20 – 50’

MATERIALES : Hoja, lápices, marcadores, pegante.

OBJETIVO : Enseñar a los estudiantes que es la autoestima y cuáles cosas la afectan.

ACTIVIDADES:

- Los estudiantes deben colocarse en mesa redonda.
- Preguntar al grupo si alguno de ellos sabe quien es la “Autoestima” si no responden se debe explicar en qué consiste.
- Entregar una hoja de papel a cada participante y explicarle que esa hoja que tiene en sus manos representa su autoestima.
- Explicar que cada vez que se vaya leyendo una serie de frases que pueden pasar durante el día y que hieren nuestra autoestima.
- Cada vez que se lea la frase ellas romperán un pedazo de hoja dependiendo de cuanto le afecte.

- Después de que se hayan leído todas las frases que disminuyen la autoestima. Se pide a los participantes que recojan sus pedazos de hojas y empiecen a reconstruir su autoestima de la misma manera en que la destruyan.
- Comentar los puntos que más le hayan afectado frases o comentar.
- Tu profesor menosprecio tu trabajo.
- Un grupo de amigos cercanos no te incluyo en un paseo.
- Tus padres te criticaron por portarte mal.
- Un amigo revelo un secreto que tu le confiaste.
- Un grupo de amigos se burló de ti por tu peinado o la ropa que te pusiste.
- Sacaste malas notas.
- Tu equipo favorito de fútbol perdió un juego importante.
- Tuviste una pelea con tu hermano y fue injusto del hacer sus apreciaciones.

TALLER No. 2

ORDENAMIENTO VALORES

TIEMPO : 45'

OBJETIVO : Ayudar al estudiantes a lograr un grado más alto de autoestima a través de conocimientos de sus propios valores.

ACTIVIDADES:

- Asegúrese de que cada persona tenga una copia de la hoja “ordenamiento de valores” y una hoja de papel blanco antes de empezar.
- Diga al grupo que una forma de averiguar lo que se valora es verse obligado a decir entre ciertas cosas y seleccionar lo más importante.
- Haga que cada adolescente se siente en una mesa o en el piso, para que así obtenga un espacio suficientemente amplio para colocarlas desvalorizaciones de valores.
- Diga al grupo que escriban en la hoja de papel en blanco “más importante” en la parte superior, y “menor importante” en la parte inferior.
- Sugerir trabajar despacio y reflexionar sobre cada frase.

- Cuando se haya terminado se debe ordenar y pagar las frases en la hoja de papel en el orden final.

Ordenamiento de Valores

- Ser más independiente de mis padres.
- Obtener buenas notas.
- Respetar a mis padres y hermanos.
- Portarme bien en el colegio.
- Hacer lo que más me gusta.
- Seguir estudiando.
- Llegar a tener una profesión.
- Trabajar para tener dinero.
- Ser bueno en los deportes.

TALLER No. 3

VALORANDO MIS CAPACIDADES

TIEMPO : 25' El Juego de la Autoestima.

OBJETIVO : Los estudiantes identificarán y reconocerán sus capacidades para ponerlas en práctica.

Talento Humano

ACTIVIDADES:

- Actuamos como modelo pedimos que observen muy atentamente y hablamos en voz alta, refiriéndonos a nosotros y diciéndonos cualidades positivas como “soy un buen estudiante” “soy una persona estudiosa” “soy un buen dibujante” etc.
- Luego repito las mismas frases en voz baja, y repito nuevamente en voz bien baja imperceptible, acompañado de gestos expresivos.
- Les pedimos que actuarán como nosotros siguiendo las instrucciones.
- Siéntense correctamente y digan en voz alta soy un buen estudiante “soy un buen dibujante”.
- La anterior en voz más bajo y luego con la voz imperceptible.
- Pedimos que repitan las frases sin ninguna instrucción.
- Finalmente se realizará una plenaria general para escuchar como se sintieron.

TALLER No. 4**LA CREATIVIDAD PARA DESPERTAR LAS EMOCIONES**

TIEMPO : 45'

OBJETIVO : A través de imitación de personajes lograr que el estudiante manifieste sus emociones.

Talento Humano**ACTIVIDADES:**

- Colocarse en un círculo y solicitar prestar atención.
- Solicitar imitar un personaje feliz – triste – aislado – furioso – agresivo – cariñoso – rechazado.
- Se solicita no hacer críticas negativas que los compañeros participantes.
- Enseguida los estudiantes participantes manifestarán como se sintieron al representar el personaje seleccionado.
- En plenaria se destacara lo positivo de cada personaje. Y lo negativo.

TALLER No. 6**MI CAPACIDAD DE RELACIONARME****TIEMPO** : 45'**MATERIALES** : Hoja, lápices, fotocopias.**OBJETIVO** : Analizar la comunicación en grupo y las actividades propias.**ACTIVIDADES:**

- Motivación toda persona al estar en un grupo tiene forma concretas de comportase y según las circunstancias de aceptación o rechazo se siente a gusto o disgusto. A través de estas frases vas a tratar de formar conciencia de cual es tu posición y como te impactan las distintas personas con las que te relacionas.
- Con base en la hoja siguiente realizar una reflexión personal.
- Luego una reflexión grupal (5).
- En plenaria dar a conocer que fue lo que más impacto y por qué.

Frases.

1. Cuando estoy frente a un nuevo grupo me siento _____

2. Cuando otras personas me conocen por primera vez ellas _____

3. Cuando la gente guarda silencio Yo _____

4. Cuando alguno habla mucho, Yo _____

5. Me siento ansioso cuando _____

6. En un grupo siento temor de _____

7. Cuando alguien me critica, Yo _____

8. Estoy triste cuando _____

9. Mi gran habilidad personal es _____

10. Yo soy _____

COMO SOY ANTE LOS DEMAS

TIEMPO : 40'

MATERIALES : Hoja, lápices, papeletas, borrador.

OBJETIVO : Lograr que los estudiantes manifiesten actitudes positivas de sus compañeros

ACTIVIDADES:

- En una bolsa se llena todos los nombres de los estudiantes, en seguida se solicita que cada uno saque una papeleta que no contenga su nombre.
- Se solicita mantener en secreto
- En la papeleta se escribirá por un lado un mensaje dirigido al compañero cuyo nombre se ha sacado teniendo en cuenta estos interrogantes.
 - ¿Qué te gusta de ese compañero?
 - ¿Qué cosa ha visto que hace bien?
 - Felicítale por algo.
- Doblar la papeleta y al dorso se escribirá anotar su destinatario.
- Recoge todos los escritos y enviarlos al que corresponda.
- Les pedimos que lean personal y luego en voz alta.
- Finalmente algunos voluntarios comentarán con el autor del mensaje.

FORTALEZCAMOS NUESTRA UNION PADRES DE FAMILIA

TIEMPO : 45'

OBJETIVO : Lograr que el estudiante recuerde constantemente la imagen que los compañeros le han reflejado.

ACTIVIDADES:

- Pedir a los estudiantes que formen 4 filas con sus pupitres guardando una distancia prudente entre ellos.
- Explicar que por parejas se pregunten y se respondan a este interrogatorio: ¿Qué ves de bueno en mi forma de ser?. Les sugerimos que sean sinceros, abiertos y comunicativos, y que escuchen con interés lo que les dice el compañero (a).
- Que no se limiten a decirle que es (bonito, gordo, etc.) sino que le señalen conductas prácticas como sus capacidades físicas, intelectuales, artísticas etc.
- Terminado esta sesión pedimos que lo mismo hagan con los compañeros del otro lado y se vayan trasladando hacia atrás preguntándose y repitiendo, al mismo interrogante, logrando que cada quien quede en su sitio de partida.
- Finalmente nos situamos en círculo, cambiamos el ejercicio ¿Nos ha gustado? ¿Nos conocemos un poco mejor a nosotros mismo? ¿Sabía cada uno que pose las cualidades que le han expresado?.
- Sugerencias Que recuerden lo que sus compañeros les han manifestado.

TALLER No. 9

FORTALEZCAMOS NUESTRA UNIÓN. PADRES DE FAMILIA

OBJETIVO : Reconocer como nuestras actuaciones repercuten en el desarrollo de la autoestima de nuestros.

TIEMPO : 60'

ACTIVIDADES:

- Se presenta una lectura de reflexión individual a cada participante para luego conformar grupos de 4 o 6 para que comenten sobre la lectura y escriba una frase.
- Finalmente se realizará una plenaria general.
- Lectura Carta de un hijo a todos los padres del mundo.

Carta de un Hijo a todos los Padres del mundo.

“No me des todo lo que pido. A veces solo pido para ver hasta cuando puedo coger”.

“No me grites. Te respeto menos cuando lo haces, y me enseñas a gritar a mi también, y no quiero hacerlo”.

“No des siempre órdenes. Si en vez de órdenes a veces me pidieras las cosas, yo lo haría más rápido y con más gusto”.

“Cumple las promesas, buenas o malas. Si me prometes un premio, dámelo, pero también si es castigo”.

“No me compares con nadie, especialmente con mi hermano o hermana. Si tú me haces lucir mejor que los demás , alguien va a sufrir, y si me haces lucir peor que los demás, seré yo quien sufra”.

“No cambies de opinión sería a menudo sobre lo que debo hacer; decide y mantén esa decisión”.

“Déjame valerme por si mismo. Si tu haces todo por mí, yo nunca podré aprender”.

“No digas mentiras delante de mí, ni me pidas que las diga por ti, aunque sea para sacarte de un apuro. Me haces sentir mal y perder la fe en lo que me dices”.

“Cuando yo hago algo malo, no me exijas que te diga el por qué lo hice. A veces ni yo mismo lo sé”.

“Cuando estas equivocado en algo, admítelo y crecerá la opinión que yo tengo de ti y me enseñaras a admitir mis equivocaciones también”.

“Trátame con la misma amabilidad y cordialidad con que tratas a tus amigos; ya que porque seamos familia, eso no quiere decir que no podamos ser amigos también”.

“No me digas que haga una cosa y tú no lo haces. Yo aprenderé y será siempre lo que tú hagas aunque no lo digas. Pero nunca haré lo que tú digas y no lo hagas”.

“Enséñame a amar y a conocer a Dios. No importa si en el colegio me quieren enseñar, porque de nada vale, si yo veo que tú ni conoces ni amas a Dios”.

“Cuando te cuente un problema mío no me digas; no tengo tiempo para boberías o eso no tiene importancia. Trata de comprenderme y ayudarme”.

“Y quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírtelo decir, aunque tú no creas necesito decirlo”.

TALLER No.10

CONOCE A TU FAMILIA

TIEMPO : 30’

MATERIALES : Hoja, pegante.

OBJETIVO : Despertar en la familia el valor de la unión.

ACTIVIDADES:

- Entregar un sobre a cada familia el cual contendrá un rompecabezas.
- En un tiempo de 3 minutos deberá armarlo.
- Socialización para describir como se sintieron.

CONCLUSIONES

1. Ante los continuos cambios de vida al cual nos enfrentamos, la autoestima cambia, se fortalece o se empobrece. Es por esto; que un programa bien desarrollado y perdurable, logrará fortalecer y mantener un nivel de autoestima en los individuos.

2. El ambiente educativo mediante el fortalecimiento de la autoestima en sus estudiantes, logrará vincular a la sociedad individuos capaces de buscar soluciones a los problemas sociales, económicos, políticos y culturales en los cuales está inmerso.
3. Los educadores deben intervenir en el fortalecimiento de la autoestima, por ser cultivadores en el desarrollo integral de sus estudiantes.
4. Las personas encargadas de desarrollar programas de autoestima y crecimiento personal, serán conscientes de mejorar cada día en los individuos, los valores y actitudes que se necesitan para mantener una buena convivencia ciudadana.
5. Los padres de familia por ser los primeros educadores y el ejemplo a seguir, es fundamental que ellos hagan parte de los programas que se desarrollen en bien de sus hijos y de las comunidades.

RECOMENDACIONES

- Implementar la propuesta pedagógica al proyecto de Educación sexual para que se ejecute y permita tanto a docentes, padres de familia y estudiantes elevar la calidad de vida.

- Generar en la comunidad educativa el deseo de participar en actividades a desarrollarse dentro del plantel educativo y fuera del, con el fin de integrarse y conocer.

- Llagar al pensamiento del individuo para que este actúe y se formule constantemente ideas y pensamientos que tiendan a salir de crisis emocionales.

- Mantener con contacto continuo con las personas que se entran trabajando para coordinar en todas las actividades que el proyecto requiera.

BIBLIOGRAFIA

ALCÁNTARA, José Antonio. Como Educar la Autoestima. 1990.

BRIONES, Guillermo, La investigación de la comunidad. Formación de Docentes en Investigación Educativa, tercera edición. 1996.

-CLEMES, Harris y BEAN Reynold. Como Desarrollar la Autoestima en los Niños. Sexta edición. 1996.

CODIGO DEL MENOR.

CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA.

CUARTAS, Rubén. Autoestima, Identidad y Reconocimiento Personal. Universidad de Manizales. 1995.

DURKHEIM, Emile. Educación y Sociedad. Buenos Aires. Ateneo. 1970.

FRANCES, Mayfarth. “ Human Beings I Have Known” Boletín para la Educación de la Infancia. Washington D.C. 1948.

- LA NACIÓN. Autoestima. La imagen de uno mismo. Artículo. Suplemento educativo de la Nación. Bogotá 17 de abril de 1996.
- LEY GENERAL DE EDUCACIÓN. Ley 115 de 1994.
- MARTÍNEZ DE DUERI, Elba. La integración curricular y la enseñanza integrada de la escuela primaria. Bogotá. Pontificia Universidad Javeriana. 1988.
- MORA, Guillermo. Valores humanos y actitudes positivas. Primera edición. 1995.
- RESTREPO, Luis Carlos. Derecho a la Ternura.
- ROCHE OLIVOS, Robert. Psicología y Educación para la Prosocialidad. Edición 1997.
- SATIR, Virginia. Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar. 1985.
- SHIBUTAMI, Tomotsu. Psicología Social y Psicología. 1971.
- RISO, Walter. Aprendiendo a quererse así mismo.
- TRUJILLO, Luis A. Plan de la excelencia para triunfar. Cuarta edición. 1999.
- VAN PELT, Nancy. Hijos triunfadores. Primera edición. 1986.

ANEXOS

ANEXO A**PLAN OPERATIVO**

Actividades	Objetivos	Recursos	Fechas	Responsables
El juego de la autoestima	Enseñar a los estudiantes que es la autoestima y cuales son las cosas que le afecten	Hoja, papel, lápices, marcadores	Enero 2002	Rosa Benavides
Ordenamiento de valores	Ayudar a los estudiantes a lograr un grado más alto de autoestima a través del conocimiento de valores	Hoja de trabajo, temperas, cinta, hoja de papel, colores sobres, papel	Febrero 2002	
Valorando mis capacidades	Los estudiantes identificarán y reconocerán sus capacidades para ponerlas en práctica	Lápices	Marzo 2002	
La creatividad para despertar las emociones	A través de la imitación de personajes lograr que el estudiante manifieste sus emociones		Abril 2002	
Mi capacidad de relacionarme	Analizar la comunicación en grupos y las actitudes propias	Hojas, lápices fotocopias, marcadores	Mayo 2002	
Fortaleciendo nuestra autoestima	Reconocer como nuestras actuaciones repercuten en el desarrollo del autoestima de nuestros hijos.	Fotocopias, lápices, marcadores	Enero 2002	
Conoce tú familia	Despertar en la familia el valor de la unión	Hojas, pegante, tijeras, lápices	Mayo 2002	

ANEXO B**CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA**

Nombre _____ Edad _____ Fecha _____

Instrucción:

A continuación encontrará una serie de preguntas. Para cada pregunta hay cinco casillas posibles. Lea con cuidado cada frase y elija una respuesta para cada una. Cualquier respuesta que de es correcta y márkela con una X. Lo importante es que conteste a todas con sinceridad.

<i>1. Piensa que Usted es una persona sin valor?</i>	NO	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	SI	MUCHÍSI MO
<i>2. Cuándo comete un error o hace el ridículo lo recuerda constantemente?</i>					
<i>3. Se ha sentido tan triste que ha llegado a pensar que nada es importante?</i>					
<i>4. Ha llegado a sentir rabia con Usted mismo?</i>					
<i>5. Tiene Usted confianza en sus capacidades?</i>					
<i>6. Piensa Usted que lo que hace siempre esta mal hecho?</i>					
<i>7. Cuando se presenta una competencia deportiva se siente nervioso (a) ?</i>					
<i>8. Le molesta ser muy tímido?</i>					
<i>9. Tiene dificultad para comunicarse con personas que apenas conoce?</i>					

10. <i>Cuando Usted está con un grupo de compañeros, le preocupa decir lo que piensa?</i>					
11. <i>Se siente inferior ante sus compañeros y amigos?</i>					
12. <i>Creé Usted que sus compañeros lo quieren y lo aprecian?</i>					
13. <i>Creé Usted que sus amigos lo respetan?</i>					
14. <i>Le preocupa saber si sus compañeros lo aceptan?</i>					
15. <i>Si le toca hablar ante sus compañeros (as) se siente preocupado (a) ?</i>					
16. <i>Le preocupa que sus compañeros se den cuenta que ha tenido éxito o fracaso en los exámenes o tareas?</i>					
17. <i>Le preocupa saber si sus compañeros aprecian su compañía?</i>					
18. <i>Le molesta las críticas que con respecto a su estudio y tareas le hacen sus maestros, compañeros y padres?</i>					

<p><i>19. Créé Usted que es una persona importante y valiosa en su familia y para quienes lo rodean?</i></p>					
---	--	--	--	--	--

SISTEMA DE EVALUACIÓN.

Si el Ítem es de 19, el estudiante presenta muy alta autoestima

Si el Ítem es de 111 el estudiante presenta muy baja autoestima

INTERPRETACIÓN

Entre 19 y 38 muy alta autoestima

Entre 37 y 56 Alta Autoestima

Entre 57 y 76 Baja Autoestima