

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO

FACULTAD DE HUMANIDADES

CARRERA DE PSICOLOGÍA



**PROPUESTA DE PROGRAMA PARA EL FORTALECIMIENTO DEL
DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA Y RESILIENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE
8 A 12 AÑOS DE LA FUNDACIÓN RENACER DE LA CIUDAD DE TARIJA.**

(INVESTIGACIÓN PROPOSITIVA)

POR: WENDY ISAMAR RAMOS SEGOVIA

**Proyecto de grado presentado a consideración de la Universidad Autónoma “Juan
Misael Saracho” como requisito para optar el grado académico de licenciatura en
psicología**

TARIJA –BOLIVIA

GESTION 2020

Vº Bº

APROBADO POR:

Msc.Lic. Silvia Echenique Murillo

Docente Guía

Dr. Javier Bladés Pacheco

DECANO FAC.HUMANIDADES

Lic. Francisco Berciano B

VICEDECANO FAC.HUMANIDADES

Msc.Lic. Susana Schmiedl Hurtado

DIRECTORA DE DPTOS DE PSICOLOGÍA

ADM.CONJUNTA Cs .SOC.EDUC.GRAL Y CLÍNICA

TRIBUNAL.

Tribunal 1

Lic.

Tribunal 2

Lic.

El tribunal calificador del presente trabajo no se solidariza con la forma, modos y expresiones vertidas en el mismo, siendo ellos únicamente responsabilidad del autor

AGRADECIMIENTO

A Dios sobre todas las cosas porque solo él me dio las fuerzas de seguir adelante.

A mi familia por su paciencia, apoyo permanente.

A los docentes de la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho” por su guía y enseñanza durante este proceso de formación.

A todos mis niños que fueron parte de la investigación.

A todo el personal de la fundación Renacer.

DEDICATORIA

A Dios siempre le son mis logros por su infinita gracia.

Dedico esta tesis con todo mi amor a Dios quien inspiró mi espíritu para la realización de este estudio, por darme salud y bendición para alcanzar mis metas como persona y como profesional.

A mi familia, en general por su paciencia en esta lucha.

ÍNDICE

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA DE LA PROPUETA DE PROGRAMA

1.1. Planteamiento.....	1
1.2. Justificación.....	7

CAPÍTULO II

CARACTERISTICAS DE LA INTITUCION

2.1. Objetivos de la institución.....	9
2.1.1. Objetivo general.....	9
2.1.2. Objetivos estratégicos.....	9

CAPÍTULO III

DISEÑO TEÓRICO

3.1. Objetivos de la propuesta de programa.....	10
3.1.1. Objetivo general.....	10
3.1.2. Objetivos específicos.....	10

CAPÍTULO IV

MARCO TEÓRICO

4.1. La niñez.....	11
4.2. Autoestima.....	11
4.2.1. Componentes de la autoestima.....	12
4.2.2. Dimensiones de la autoestima.....	13
4.2.3. Niveles de la autoestima.....	14
4.2.4. Formación de la autoestima.....	16

4.2.5. Importancia de la autoestima.....	17
4.2.6. Estrategias para fortalecer el autoestima.....	19
4.3. La resiliencia.....	21
4.3.1. Los factores de protección.....	22
4.3.2. Los pilares de la resiliencia de Wolin y Wolin.....	23
4.3.3. El modelo de verbalizaciones de Grotberg.....	25
4.3.4 Fortalecimiento de la Resiliencia.....	27

CAPÍTULO V

DISEÑO METODOLOGICO

5.1. Tipo de investigación.....	32
5.2. Métodos técnicas e instrumentos.....	32
5.2.1. Métodos.....	32
5.2.2. Técnicas.....	33
5.2.3. Instrumentos.....	34
5.2.4. Población beneficiaria.....	35

CAPÍTULO VI

PROGRAMA

Presentación de la propuesta del programa.....	37
--	----

ACTIVIDADES PARA EL FORTALECIMIENTO

DE LA AUTOESTIMA

Actividad N°1.Familia como eje del autoestima.....	38
Actividad N°2. El globo de las metas.....	39
Actividad N°3.Yo también soy grande como Kiriku.....	40
Actividad N°4.Así soy yo.....	41
Actividad N°5.Así me ven los demás.....	42
Actividad N°6.Eres muy bueno.....	43
Actividad N°7.Lo importante no se ve.....	45

Actividad N°8. Nos queremos.....	46
Actividad N°9. Resplandor del sol.....	48
Actividad N°10. Descubrimos nuestro valor.....	49
Actividad N°11. El juego del sobre.....	51
Actividad N°12. ¿Sabes quién es?.....	52
Actividad N°13. Golosinas.....	53
Actividad N°14. La estrella generosa.....	54
Actividad N°15. El regalo.....	55
Actividad N°16. Vivir conscientemente.....	56
Actividad N°17. Tu árbol.....	57
Actividad N°18. Auto-aceptarse.....	59
Actividad N°19. El spot publicitario de mí mismo.....	60
Actividad N°20. Autorresponsabilidad.....	61
Actividad N°21. Mi diario.....	63
Actividad N°22. Vivir con autoafirmación.....	64
Actividad N°23. La caja divina.....	66
Actividad N°24. Vivir con integridad.....	68
Actividad N°25. Mis propios pensamientos.....	70
Actividad N°26. Vivir con determinación.....	71
Actividad N°27. Planificando mi vida.....	74
Actividad N°28. Así me veo yo, así me ven los demás.....	76
Actividad N°29. Nuestra clase.....	77
Actividad N°30. Mi caja especial.....	78
Actividad N°31. Iguales pero diferentes.....	79
Actividad N°32. Mi nombre habla de mí.....	80
Actividad N°33. La red de amistad de la clase.....	81
Actividad N°34. El hombre y la mujer ideal.....	82
Actividad N°35. Carta a mi familia.....	83
Actividad N° 36. Personas que me quieren.....	84
Actividad N°37. Estrella para todos.....	85
Actividad N°38. Copas y medallas.....	86

PROGRAMA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA RESILIENCIA

Actividad N°39. Código común.....	89
Actividad N°40. Este/a soy yo.....	90
Actividad N°41. Mi mano como ingreso al grupo.....	92
Actividad N°42. Emociones en mi cuerpo.....	94
Actividad N°43. Metáfora de la burbuja.....	97
Actividad N°44. Collage de las emociones.....	101
Actividad N°45. Manejo de la rabia.....	103
Actividad N°46. Mi camino de vida.....	107
Actividad N°47. El ánimo.....	110
Actividad N°48. Buscamos dentro de nosotros.....	111
Actividad N°49. Momentos felices y tristes.....	113
Actividad N°50. Mi esfuerzo vale mucho.....	113
Actividad N°51. El entierro del no puedo.....	114
Actividad N°52. Lo he superado y lo superare.....	115
Actividad N°53. Que apostamos.....	116
Actividad N°54. El árbol de mis logros.....	117
Actividad N°55. Cuidamos nuestras palabras.....	118
Actividad N°56. Soy único e irrepetible.....	119
Actividad N°57. Reto de mi vida.....	121
Actividad N°58. Cine foro.....	122
Actividad N°59. Collage.....	123
Actividad N°60. Esculturas respetadas.....	124
Actividad N°61. Las canaletas.....	126
Actividad N°62. Los palitos chinos.....	127
Actividad N°63. Mi mapa de emociones.....	128
Actividad N°64. Olla a presión.....	129
Actividad N°65. Pasando la pelota.....	131
Actividad N°66. Simón pide.....	133

Actividad N°67. Diario mural.....	134
Actividad N°68. El humor ante situaciones difíciles.....	135

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1.1. Conclusiones.....	137
7.1.2. Recomendaciones.....	138
Bibliografía.....	139

ANEXOS

Anexo 1.....	142
Anexo 2.....	152