

## RESUMEN

El objetivo principal de esta investigación consistió en diseñar, un Programa para Fortalecer la Autoestima y resiliencia en niños.

La propuesta de programa que se presenta a continuación contribuye al fortalecimiento para el desarrollo de autoestima y resiliencia en niños y niñas de 8 a 12 años de la fundación Renacer de la Ciudad de Tarija.

Tanto la autoestima como la resiliencia son imprescindibles para el desarrollo integral del alumno como persona. Es una cualidad básica para el éxito en las relaciones sociales, la superación de retos personales y los logros académicos. El desarrollo de la autoestima coincide en gran parte con la edad escolar, y depende mayormente de los contextos más cercanos al niño: la familia y la escuela. Es por ello que desde los centros de apoyo, educativos es el deber y una responsabilidad guiar al niño para la consecución de una autoestima sana. La presente propuesta didáctica persigue dicho objetivo a través de un plan de sesiones transversales y temporalizadas a lo largo de todo el curso académico. Dichas dinámicas están destinadas a educación primaria nivel inicial.

La resiliencia como cualquier otra habilidad puede ser desarrollada sobre todo en la etapa infantil. Debido a esto es que surge el interés por generar una nueva propuesta que fortalezca el bienestar social y emocional de los niños en edades tempranas, a partir de un conjunto de estrategias que permitan al profesorado de educación primaria, contar con opciones a la hora de escoger sus técnicas de desarrollo personal para guiar a sus estudiantes. La revisión de la literatura indica la existencia de múltiples alternativas, principalmente para fomentar la autoestima, entendida como el factor que está a la base del bienestar psicológico, y por tanto una variable que no puede quedar fuera de una propuesta que desarrolle la resiliencia. Como conclusión se puede indicar que debido a la importancia que hoy se le asigna a la educación socio-emocional en el sistema educativo, una propuesta como esta cobra mayor sentido.

## INTRODUCCIÓN

El desarrollo de la autoestima es fundamental en la formación de niños y niñas de educación inicial, especialmente para la formación de su personalidad, es decir para que lleguen a conocerse mejor, aprendan a querer y desarrollen sus propias habilidades. La autoestima influye en la capacidad de los niños para afrontar nuevos retos y ser más autosuficientes. De hecho, los niños con una buena autoestima suelen ser más empáticos y asertivos, a la vez que aprenden con mayor facilidad y son más creativos. Por lo general estas cualidades se van formando con el paso del tiempo, como reflejo de la percepción de los demás y en especial, las familias y las escuelas, tiene del niño.

Del mismo modo se ha de considerar que la autoestima es un factor esencial para la adaptación socioemocional del niño o la niña; además facilita mayor tolerancia hacia el fracaso, desarrolla la motivación y, por tanto, el acceso a los aprendizajes. El sentimiento de valía de uno mismo puede llevar a la persona a lograr éxitos en la vida, que de otra forma, no hubiera sido capaz de esforzarse por conseguirlos.

Educar a niños para que sean capaces de creer en sí mismos, de confiar en sus capacidades, que afronten metas con optimismo, que asuman responsabilidades, que se quieran y se respeten a sí mismos, que se acepten tal y como son, que deseen cambiar para mejorar, que rechacen las actitudes negativas, que sepan reconocer sus errores y que luchen por conseguir sus sueños, ello se logra educándolos para tener una buena autoestima.

Actualmente, existen diversas necesidades y preocupaciones que justifican el desarrollo de una propuesta de intervención en edades infantiles. Es así como, atendiendo a la salud mental, la preocupación emana de las consecuencias psicológicas negativas que las circunstancias, familiares y sociales, pueden provocar en el sujeto sobre todo en edades tempranas.

En este sentido, investigaciones como la de Branden (2011) justifican la necesidad de trabajar la autoestima para fomentar la fortaleza psicológica, como primera medida

para evitar la infelicidad. El fomento de la autoestima supone desarrollar nuevas estrategias que ayuden al sujeto a afrontar de forma positiva los diversos problemas o dificultades cotidianas (Cardozo, 2005).

Es así que la autoestima es considerada una variable directamente relacionada con la resiliencia, en tanto contribuye al bienestar y la salud mental

Debido a estos antecedentes, surge el interés por generar una nueva propuesta que favorezca el bienestar emocional y social de los niños y niñas y así el profesorado cuente con más opciones a la hora de escoger sus estrategias de trabajo en estas áreas de desarrollo.

La presente Propuesta de Programa está conformada por siete capítulos, que a continuación describimos:

**Capítulo I:** Incluye el planteamiento y justificación de la Propuesta del Programa, resaltando la importancia de la misma en los centros de ayuda y educativos.

**Capítulo II:** Contiene las características y objetivos de la Fundación Renacer de Tarija,

**Capítulo III:** Presenta el objetivo general y los objetivos específicos de la Propuesta de Programa.

**Capítulo IV:** En esta parte se desarrolló el Marco Teórico de la Propuesta de programa. Con teoría relevante de autores como Branden, Bonet,

Grotberg y Suarez, Wolin y Wolin que tiene gran aporte teórico para esta propuesta

**Capítulo V:** Abarca la metodología empleada y sus componentes: Descripción sistematizada de la Propuesta de Programa, los métodos, las técnicas, los instrumentos, materiales que se utilizaron y las características de la población beneficiaria.

**Capítulo VI:** Está dedicado al desarrollo del Programa con las diferentes actividades para fortalecer el desarrollo de la autoestima y resiliencia.

**Capítulo VII:** Ofrece las conclusiones con base al trabajo realizado en la Propuesta de Programa. Luego están inscritas algunas recomendaciones orientadas a los que ejecutarán el programa.

Finalmente, se presenta la bibliografía que contiene el detalle de los libros, tesis páginas web archivos PDF que han sido revisados en la investigación.

Los *anexos* contienen los instrumentos propuestos para evaluar el impacto del programa y su eficacia.