

INTRODUCCIÓN

El propósito del presente trabajo es aplicar un Programa de Intervención desde la perspectiva de la Psicología Educativa y Social, sobre la problemática del desarrollo de la autoestima en los niños y niñas que asisten a las Aulas Abiertas del Programa de “Fortalecimiento Familiar SOS-Tarija”.

La Práctica Institucional, se realizó en las Aldeas Infantiles SOS, Programa de Fortalecimiento Familiar-Tarija. Se trabajó con niños y niñas que asisten a la escuela en horario de la mañana o la tarde y de acuerdo a ello asisten, ya sea a la mañana o por la tarde a las Aulas Abiertas, donde son atendidos por madres comunitarias y facilitadoras que los asisten en sus obligaciones académicas, como también en su alimentación y cuidado, permaneciendo en la institución mientras sus madres/padres trabajan. En ellos se pudo medir el nivel de autoestima que presentan y aplicar el programa de intervención.

La práctica institucional realizada, consistió en 500 horas de práctica, durante las cuales se aplicó el Inventario de Autoestima de Coopersmith (1996), en un primer momento o pre-test y luego al finalizar el Programa de Intervención a través de un pos test que permitió comprobar si hubo cambios positivos después de las sesiones del Programa de Intervención Psicológica, diseñado para desarrollar el Autoestima, mediante veinticinco sesiones estructuradas para el trabajo con los niños y niñas y cinco sesiones en las que se instruyó a los padres de los mismos, usando una metodología activo - participativo

Se trabajó con los/as niños/as, brindándoles capacitación para motivar el desarrollo de habilidades y de conductas asertivas, con el fin de lograr el desarrollo y fortalecimiento del autoestima en la vida cotidiana, especialmente en las áreas personal o del sí mismo, como en las áreas social, familiar y escolar.

En su estructura, el presente trabajo de investigación contiene:

En el Capítulo I se expone la problemática y justificación de la investigación, desde las principales perspectivas teóricas que han servido de marco a la investigación iniciada.

En el Capítulo II se exponen las características y objetivos de la institución y el objetivo general y específico propio de la práctica institucional, en este caso el nivel de Autoestima.

El Capítulo III contiene el marco teórico donde se fundamentan todos los principales conceptos de la investigación entre los principales; definición, componentes y dimensiones que caracterizan a la autoestima, el desarrollo y fortalecimiento de la misma desde diferentes posturas teóricas.

En el Capítulo IV se inicia la parte empírica, exponiendo una descripción sistematizada del desarrollo de la práctica, el diseño y la metodología que se han seguido, a la vez que se detalla el procedimiento que se realizará para la recogida de datos a través de métodos, técnicas e instrumentos empleados; también se expone la contraparte institucional.

En el Capítulo V se muestran propiamente los resultados de la práctica institucional, organizados según los objetivos específicos que previamente se habían marcado, con el fin de poder desarrollar su discusión en el análisis de los mismos.

En el Capítulo VI presenta las conclusiones y recomendaciones del proceso de intervención institucional.

Y por último en los anexos, se plasman los instrumentos que se han utilizado en esta investigación.

1.1.PLANTEAMIENTO DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL (PI)

Actualmente a nivel mundial se vive el fenómeno de la globalización, que si bien genera una serie de beneficios y desarrollo humano, económico y productivo; a la vez va dejando una estela de necesidad, desunión familiar, falta de seguridad ciudadana y búsqueda de lograr objetivos especialmente materiales, que van en desmedro de valores y principios que los hogares desde siempre brindaron a sus miembros; ahora padre y madre deben salir de casa para trabajar y tratar de obtener el dinero preciso para satisfacer sus necesidades, ya sean éstas legítimas o no; dejando sus hijos muchas sin los cuidados necesarios, expuestos a peligros dentro del hogar y en las calles; situación que dificulta en los niños un crecimiento, educación y desarrollo óptimo

A nivel nacional, y según datos de las Naciones Unidas, Bolivia es el segundo país más pobre de Latinoamérica; 78% de los bolivianos viven en situación de extrema pobreza, lo cual repercute de manera negativa particularmente en el abandono escolar de los niños; así como en el descuido familiar de los menores, entre ellas el incumplimiento de las recomendaciones de atención de la salud, la privación de alimentos que produce hambre y desnutrición, ocasionando la falta de progreso físico en el niño. Como también la exposición de los niños a las drogas y la ausencia de protección contra los peligros ambientales. Es por esta razón que el abandono escolar coincide con el mapa de la pobreza, la falta de recursos económicos también concluyen en que éste es un proceso complejo, en el que influyen tanto circunstancias de la escuela y el entorno escolar, como el entorno social, cultural y familiar en el que se mueve el niño.

La familia se constituye en la base principal de un país, pero la inestable situación económica y social que atraviesa el país, provoca en el núcleo familiar abandono y descuido de los niños, ocasionando secuelas negativas en la autoestima de aquellos que representan el futuro de nuestra sociedad. A causa de estos problemas los niños tienen conflictos emocionales, cognitivos, etc.

Además nuestra sociedad consumista se ha encargado de dar un aporte en contra del desarrollo positivo de vida. Todos estos problemas se han sumado para desatar otros problemas a nivel educativo, social y familiar, etc.

La autoestima es afectada constantemente por experiencias en el mundo externo que posteriormente son llevadas al mundo interno. En los últimos años, el desarrollo de la autoestima en los niños ha tomado gran relieve en la sociedad y además ha sido objeto de numerosas investigaciones que se han concentrado en aprender más sobre la importancia de la misma; a lo largo de las dos últimas décadas, se viene insistiendo constantemente, tanto desde la [psicología](#) como desde la [psicopedagogía](#) que el desarrollo de la [autoestima](#) constituye la clave del éxito e [incluso](#) de la felicidad. Es por ese motivo que el desarrollo de los niños, como también su desempeño escolar, son valores que van adquiriendo o aprendiendo a lo largo de su vida, mientras se van desarrollando paulatinamente.

La Autoestima se refiere a cómo nos valoramos y sentimos respecto a nosotros mismos. Es un aspecto que se desarrolla a lo largo de toda la vida. Tener una buena autoestima significa: sentirse querido y aceptado como es, sentirse importante, reconocer y aceptar tanto lo positivo (cualidades, habilidades) como lo negativo (defectos, falta de habilidades) que poseemos, no desanimarse cuando las cosas no van bien. “MSC. Janet Medina Hernández [Aún en el mundo del siglo XXI, por desgracia los derechos del niño no se cumplen en muchos países. En España hay 170.000 que trabajan y 300.000 luchan activamente en conflictos armados, en ese mismo país el programa de fortalecimiento familiar SOS se encarga de proteger a niños y niñas cuando llegan a Aldeas Infantiles SOS a través de los Servicios Sociales de las Comunidades autónomas. En la actualidad brindan atención a más de 47.000 niños y adolescentes en 412 Aldeas Infantiles SOS y 295 Hogares Juveniles SOS repartidos por todos los continentes y otras 300.000 personas tienen acceso a centros pedagógicos o sociales y médicos. “La Organización de Aldeas Infantiles SOS, Presidente de SOS-Kinderdorf International”](http://www.santabeatriz.org/site/index2.””</p></div><div data-bbox=)

En Tarija desde la década de los 80, Aldeas Infantiles SOS, ha acogido a cientos de familias a través de un enfoque integral en cinco áreas: la vida familiar, la salud, la educación, la integración socio-cultural, el arte y el deporte. El programa de fortalecimiento familiar trabaja principalmente en los barrios periféricos de los distritos 6 y 13 de la ciudad. El objetivo es el de prevenir el abandono infantil, además de contribuir al fortalecimiento familiar. Son aproximadamente 2.000 niños, quienes, junto con sus padres, forman parte de este programa. Tarija hace más de 18 años, acoge a niños que por algún motivo quedaron en la orfandad, sufrieron el abandono de sus progenitores o tuvieron que salir de sus hogares, debido a problemas familiares. En total, la entidad da cobertura y apoyo a 3.000 niños.

Una de las razones por las cuales los niños ingresan a aldeas SOS es que provienen de familias de bajos recursos, durante este periodo suelen tener sus derechos fundamentales vulnerados, están expuestos a la desprotección; por ejemplo, algunos tiene conductas agresivas, demuestran apatía, depresión u otros trastornos emocionales y sobre todo una baja autoestima, pérdida de valores, se muestran poco sociables y poco interés en su persona para educarse

Aldeas Infantiles SOS brinda a los niños las posibilidades de vivir según su propia cultura y religión, se les apoya para que descubran y expresen sus habilidades, interés y talentos individuales. Se asegura de que reciban la educación y la formación que necesitan para ser miembros activos y exitosos de la sociedad.

Los programas de aldeas infantiles SOS participan en la vida comunitaria y responden a las necesidades de desarrollo social de sus miembros más vulnerables: niños y niñas y jóvenes, buscan fortalecer a las familias y prevenir el abandono de los niños, se une el esfuerzo con miembros de la comunidad, para brindar educación y atención médica y también para responder a las emergencias. “*Aldeas Infantiles SOS – BOLIVIA. Primera edición: julio de 2005.*”

Por las características señaladas que tienen estos niños, la institución considera importante dentro de su proyecto fortalecer la autoestima de los niños como una herramienta más que les permita afrontar las situaciones adversas de su vida con una valoración personal positiva de sí mismos.

1.2. JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL (PI)

Las instituciones sociales y educativas en general carecen de programas específicos para el desarrollo de la autoestima de los niños, siendo éste un factor importante para su crecimiento personal, en todos los niveles: laboral, psicológico, moral y social. El principal reto en el programa con niños de 7 a 9 años de edad, pretende que tengan un desarrollo positivo en su autoestima, construyendo y fortaleciendo sus habilidades y virtudes, que redunde en la mejora de su rendimiento escolar; en sus relaciones con el grupo familiar y de pares.

Se parte del fundamento de que el poder personal y la autoestima positiva son habilidades que pueden ser aprendidas, especialmente a temprana edad. La etapa en que el niño comienza a estructurar su autoestima coincide con la edad del desarrollo básico de sus facultades, el nivel que sea capaz de alcanzar en el desarrollo de sus capacidades depende en gran medida de su autoestima, ya que los primeros años de vida son fundamentales para que éste adquiera seguridad en sí mismo, aprenda a auto valorarse y verse como alguien capaz de mejorar en cada reto. La actitud y la valoración que hagan los adultos sobre sus actos tienen un papel decisivo; ya que los padres precisamente son el espejo único que ellos miran para formar su autoestima; los padres, son la fuente de la autoestima donde los niños toman sus propias decisiones sobre el cómo ser y cómo actuar.

El programa brinda un aporte metodológico que se fundamenta en la iniciativa de realizar la práctica institucional, con los niños de 7 a 9 años de edad que asisten al “Programa de Fortalecimiento Familiar S.O.S. Tarija” El proyecto se realiza en función a un Programa de Intervención elaborado específicamente para que los mismos niños sepan desarrollar adecuadamente su autoestima. Ya que el desarrollo y formación de la misma en el niño es

importante para una mejor calidad de vida, y para que en el futuro puedan enfrentar con mayor seguridad cualquier dificultad que se les presente. A pesar de que el programa de intervención es un diálogo directo con los niños, los padres podrían usarlo como herramienta para transmitir a sus hijos el tema de la autoestima así como promoverla en el ambiente familiar

Promover y fortalecer el desarrollo de la autoestima mediante la práctica en el campo de la orientación psicológica permite ejercer conductas que contribuya a un trabajo que los haga sentir como individuos únicos, apoyándolos para que puedan convertirse en miembros independientes responsables de sí mismos y participantes activos de la sociedad. Tomando en cuenta que los niños en este rango de edad (siete a nueve años) comienzan a evaluarse a sí mismos, comparando todas sus habilidades específicas con las de sus pares, así aparece la autocritica y la baja autoestima.

Un niño con una buena autoestima es capaz de realizar las tareas que a su edad se le presentan y a tomar decisiones de la mejor forma posible. Además, lo que el niño piense de sí mismo depende en gran medida de lo que los demás piensen de él o lo que digan de él, si el reflejo que se capta en el niño es negativo se tendrá una imagen negativa de sí mismo, por el contrario, si los reflejos son positivos su autoestima será adecuada. Durante los primeros años de vida, el niño va configurando su autoestima partiendo únicamente del reflejo que conforman quienes los rodean, sin cuestionarse nada. Se trata además de una tarea que no acaba, ya que la imagen de sí mismo va modificando para bien o para mal aprovechando cada circunstancia que le brinda el ambiente que le rodea.

Además, el aporte de esta Práctica Institucional (PI) beneficiará positivamente a los niños, debido a que estarán más preparados para asumir sus propias responsabilidades cuando deban insertarse como adultos en la sociedad. Así también, esta experiencia permitirá conocer la situación de los niños que tienen problemas en desarrollar su autoestima y los resultados podrán servir a los profesionales que trabajan con y para niños, a realizar otras prácticas e investigaciones a futuro, que estén orientadas a conocer detalles de esta situación, porque debemos recordar que la autoestima no viene determinada por el éxito

social, el aspecto físico, la popularidad o cualquier otro valor que no se halle directamente bajo el control de nuestra voluntad. Al contrario, depende de nuestra racionalidad, honestidad e integridad, pues son procesos volitivos, operaciones de la mente de las cuales somos responsables.

2.1. LAS ALDEAS INFANTILES S.O.S.

La primera Aldea Infantil SOS. fue fundada en el año 1949 por el austríaco Hermann Gmeiner en la ciudad de Imst, Austria, él estaba comprometido a ayudar a niños y niñas que se encontraban en situación de riesgo, por el hecho de haber perdido a sus padres o porque los padres no podían hacerse cargo de ellos; como resultado de la Segunda Guerra Mundial. Con el transcurso del tiempo y el apoyo de muchos donantes y colaboradores, la organización ha crecido para ayudar a niños y niñas en todas partes del mundo, con el concepto de Aldeas Infantiles S.O.S. Actualmente es una organización que ofrece una “familia” para el cuidado a largo plazo de los niños huérfanos y los niños abandonados. En base al postulado que dice:

- ❖ “Creamos familias para niñas y niños necesitados, apoyamos a formar su propio futuro, para que reconozcan y descubran sus habilidades, interés y talentos individuales. Aseguramos que las niñas y niños reciban la educación y formación que necesitan para ser miembros exitosos que contribuyen activamente al desarrollo de la sociedad.” (Aldeas Infantiles SOS – BOLIVIA. Primera edición: julio de 2005.)

2.2. OBJETIVO GENERAL

Llevar adelante acciones en beneficio de los niños y niñas actuando como una Organización independiente, no gubernamental, de desarrollo social. Siendo pioneros al definir un enfoque familiar en el cuidado de niños y niñas en situación de abandono u orfandad.

El trabajo se basa en la firme convicción del desarrollo saludable de niños y niñas en un entorno familiar protector y que la familia forme parte activa e integrada en una comunidad en la que cuente con el apoyo de redes sociales sólidas.

El trabajo que desarrolla Aldeas Infantiles S.O.S. está enmarcado en la siguiente visión y misión institucional:

2.2.1 Visión:

Cada niña y cada niño pertenece a una familia y crece con amor, respeto y seguridad.

2.2.2 Misión:

Creamos familias para niños y niñas necesitados, los apoyamos a formar su propio futuro y participamos en el desarrollo de sus comunidades.

2.3. PROYECTO “TRABAJO CON NIÑOS EN EL PROGRAMA DE FORTALECIMIENTO FAMILIAR SOS”

El proyecto trabaja con niños de 7 a 9 años de edad que asisten al programa Aulas Abiertas, de Aldeas Infantiles SOS; las mismas se abren para dar cobertura a las necesidades educativas y sociales de los niños que pertenecen a diferentes barrios del área dispersa, la intervención tiene como objetivo desarrollar su propia autoestima, buscando lograr niños autónomos con competencias desarrolladas, como para llevar adelante una vida independiente y exitosa.

De igual manera lo que se pretende con este programa es conseguir que los niños tengan relaciones afectivas sanas, es decir que los niños tengan estabilidad emocional positiva.

3.1 Objetivo General

Coadyuvar al desarrollo de la autoestima a través de un Programa de Intervención dirigido a niños y niñas de 7 a 9 años de edad que asisten a las Aulas Abiertas del Centro Social de Aldeas Infantiles SOS del Programa de Fortalecimiento Familiar.

3.2 Objetivos Específicos

- Evaluar el nivel inicial de Autoestima que tienen los niños que asisten al Programa Aulas Abiertas de Aldeas Infantiles SOS.
- Aplicar un Programa de Intervención para el Desarrollo de Autoestima con los niños, a través del cual puedan elaborar conceptos propios sobre el tema, aprendan a reconocer sus cualidades y habilidades innatas, las fortalezcan en base a valores y principios positivos como el respeto y aceptación de sí mismos y de los demás. En base al Programa de Intervención “*Autoestima (cómo desarrollarla); juegos, actividades, recursos, experiencias creativas*” propuesto por Feldman Herrera, R. (2002).
- Realizar sesiones de orientación con los padres de familia, para que coadyuven en el desarrollo y fortalecimiento de la autoestima de sus hijos; mejorar el control sobre la conducta de los hijos y la relación de pareja en las familias de origen.
- Realizar una evaluación final del nivel de la autoestima alcanzado por los niños al concluir el programa.

IV-. MARCO TEÓRICO

El presente marco referencial, expone los antecedentes teóricos relevantes, relacionados con el desarrollo de la autoestima.

4.1. LA AUTOESTIMA COMO RASGO DETERMINANTE DE LA PERSONALIDAD

“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. Ésta se aprende, cambia y la podemos mejorar”. (Sánchez, 1962. Pág.35)

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 si mismo, potenciará la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

La opinión que los niños tienen de sí mismos, tiene un verdadero impacto en el desarrollo de su personalidad. El auto imagen tiene un impacto importante en el desarrollo de la personalidad.

Un niño se sentirá bien acerca de sí mismo si se considera tanto “competente” como “bueno”, si siente que tiene cierto control sobre su vida y siente que la gente que ocupa un lugar importante en su vida lo quiere y lo acepta. Es también importante mencionar que los pequeños desarrollan un buen sentido de autoestima si sus padres y compañeros piensan bien de ellos.

Uno de los más importantes contextos para el desarrollo de la autoestima es la familia. En nuestros días, muchos niños crecen en hogares encabezados por la madre, que es soltera o divorciada. Estas madres se encuentran con frecuencia bajo tensiones extremas en tanto se

esfuerzan por alimentar, vestir y resguardar a sus hijos, y quizá no sean capaces de ofrecerles una relación de apoyo y guía. Sin embargo a pesar de las dificultades que enfrentan, muchas mujeres tienen éxito tanto en lo personal como para sus hijos.

Los niños con alta autoestima son con frecuencia optimistas y entusiastas respecto a la vida, confiados, amistosos interesados por los otros, con éxito y orgullo de su trabajo personal.

4.2 DEFINICIÓN DE AUTOESTIMA

Para definir la Autoestima, no existe una concepción compartida sobre su significado; es sin duda un factor importante para el bienestar del ser humano. Por tanto para este estudio se tomará la siguiente definición:

Rogers, manifiesta que la Autoestima constituye el núcleo de la personalidad y que todo individuo tiene una tendencia dirigida a la actualización de sus potencialidades y es capaz de representar su experiencia de una forma correcta. La conducta está en función a satisfacer sus necesidades de actualización, mostrando un valor positivo a todas las experiencias las percibe como beneficiosas. (Rogers, C. 1971, Págs.168-178)

“La autoestima es la percepción evaluativa de uno mismo, la importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, no puede menos que afectar a nuestra manera de estar y a actuar en el mundo y relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa al influjo de nuestra autoestima. La conducta del individuo de la interpretación peculiar de su medio, cuyo foco es el si mismo” (Burns, R.B. pp. 6ss) (Vicente Bonet, José. 1997, pag.17)

Actualmente el tema de la autoestima es abordado con mayor frecuencia por ser un factor determinante en el proceso de maduración cognitiva, afectiva y conductual del individuo.

Así mismo, Coopersmith (1996), sostiene que la autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a su mismo. Esta autoestima se

expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno. Por tanto, la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo.

Agrega el mismo autor, que la autoestima resulta de una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros a través de reportes verbales y otras conductas expresadas en forma evidente que reflejan la extensión en la cual el individuo se cree valioso, significativo, exitoso y valioso, por lo cual implica un juicio personal de su valía.

“La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser de nuestra manera de ser, de quienes somos, del conjunto de rasgos corporales, mentales espirituales que configuran nuestra personalidad”. (Toribio, Anyarin Injante, 2001, pag.3)

4.3. HISTORIA DE LA AUTOESTIMA

La historia de la autoestima ó auto concepto como constructo psicológico se remonta a William James, en las postrimerías del siglo XIX. En la obra “Los principios de la psicología”, James estudia el desdoblamiento de nuestro YO – global en un YO – conocedor y un YO - conocido. De este desdoblamiento en mayor o menor grado, nace la autoestima. La preponderancia de la psicología conductista hizo que durante bastante tiempo se descuidase el estudio sistemático de la autoestima, pues se la consideraba una hipótesis poco susceptible de medición rivorosa, hasta que a mediados de nuestro siglo, con el advenimiento de la psicología fenomenológica y de la psicoterapia humanista, la autoestima adquiere un papel central de la autorrealización de la persona y en el tratamiento de sus trastornos psíquicos (*Burns, R. B. pp. 6ss*)(*Bonet, José Vicente, 2001, pág. 17*).

El ser humano se percibe a nivel sensorial, piensa sobre sí mismo y sobre sus comportamientos; se evalúa, los evalúa, siente en consecuencia, emociones relacionadas

consigo mismo, todo lo cual evoca en él tendencias conductuales coherentes con sus percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos.

Estos conjuntos de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias conductuales dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, hacia los rasgos de nuestro cuerpo y de nuestro carácter, configuran las actitudes que globalmente llamamos autoestima.

4.4. COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA

La Autoestima tiene 3 componentes:

1-.Cognitivo: Que indica idea, opinión, creencias, percepción y procesamiento de la información”.

2-.Afectivo: Conlleva la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y de negativo, implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, que siente la persona de sí misma.

3-.Conductual: Se refiere a la tensión, intención y actuación que hace la persona por sí misma.

Las unidades centrales de la autoestima son: la autovaloración, la auto aceptación y amor propio.

- ❖ **Autovaloración.** La autovaloración se vincula con la auto percepción de la persona que creemos ser (responde a la pregunta “¿quién soy?”), con el sentimiento valorativo que tenemos de nuestro ser, de nuestra imagen corporal, de nuestras habilidades y características de personalidad, en general con el conjunto de elementos que configuran nuestra personalidad. La adecuación de nuestra autovaloración dependerá en buena medida del nivel de conciencia (autoconocimiento) que tengamos acerca de los rasgos y características principales de identidad y personalidad, es decir, de nuestra manera de ser.
- ❖ **Auto aceptación.** La autovaloración, sobre todo cuando resulta adecuada, nos brinda un cuadro de las principales características, peculiaridades, rasgos físicos, en fin, de los puntos fuertes y débiles. Sobre esta valoración o imagen personal

erigimos nuestro autoaceptación y amor propio, que en definitiva expresa los sentimientos de aprecio y de amor que sentimos por nuestra persona, o lo contrario (sentimientos de rechazo y desprecio). Aceptarse a sí mismo significa aceptar la persona que somos, valorando las cualidades y defectos, no con el afán de desvalorizarnos por estos últimos, sino para trabajar a partir de ellos en nuestro desarrollo y mejoramiento como sujeto.

- ❖ ***El amor propio.*** Es el sentirse a gusto con lo que somos y con lo que hacemos; nos ayuda a fijar los objetivos y metas y a establecer vínculos sociales adecuados. Quererse a sí mismo resulta fundamental para poder querer y estimar a los demás. (Lindenfield, 1998, pag. 87).

4.5. DIMENSIONES Y NIVELES DE LA AUTOESTIMA

Coopersmith (1996), señala que los individuos presentan diversas formas y niveles perceptivos, así como diferencias en cuanto al patrón de acercamiento y de respuesta a los estímulos ambientales. Por ello, la autoestima presenta áreas dimensionales que caracterizan su amplitud y radio de acción entre ellas incluye los siguientes:

- ❖ ***Autoestima Personal:*** consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con su imagen corporal y cualidades personales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.
- ❖ ***Autoestima en el Área Escolar:*** consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con su desempeño en el ámbito escolar, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo
- ❖ ***Autoestima en el Área Familiar:*** consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones

en los miembros del grupo familiar, su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

- ❖ *Autoestima en el área social:* consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

4.6. TIPOS DE AUTOESTIMA

4.6.1 Autoestima Alta

Una persona con autoestima alta vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor, siente que es importante, tiene confianza, tiene fe en sus decisiones y se acepta a sí mismo totalmente como ser humano.

4.6.2 Autoestima Baja

Una persona con autoestima baja, la mayor parte de su vida piensa que valen poco o no vale nada. Estas personas esperan ser engañadas, menospreciadas de los demás y como se anticipan a lo peor como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento. Cuando una persona ha perdido la confianza en sí misma y en sus propias posibilidades, suele deberse a experiencias que así se lo han hecho sentir. Por ello es vital para padres, educadores o jefes, saber alentar o corregir, premiar o censurar. Oportunamente. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes únicas e irrepetibles, por lo que se tienen por ser menos que los demás y, peor todavía, menos de lo que son. Algunos de los aspectos mencionados son incorporados a la familia por medio del "modelo" que la sociedad presenta, modelo que es asimilado por todos los grupos sociales. Pero la personalidad de cada individuo no sólo se forma a través de la

familia, sino también mediante las relaciones externas que establece paulatinamente y lo que cree que los demás piensan de él, así como, sin duda, mediante las ideas que elabora acerca de sí mismo durante dicho proceso de relaciones progresivas.

4.6.3. Características de Niños con Autoestima Positiva

Por lo general, los niños con autoestima positiva:

- ❖ Hacen amigos fácilmente.
- ❖ Muestran entusiasmo en las nuevas actividades.
- ❖ Son cooperativos y siguen las reglas si son justas.
- ❖ Pueden jugar solos o con otros.
- ❖ Les gusta ser creativos y tienen sus propias ideas.
- ❖ Demuestran estar contentos, llenos de energía, y hablan con otros sin mayor esfuerzo.

4.6.4. Características de los Niños con Autoestima Negativa

Por lo general, estos niños dicen cosas como las siguientes:

- ❖ "No puedo hacer nada bien."
- ❖ "No puedo hacer las cosas tan bien como los otros."
- ❖ "No quiero intentarlo. Se que no me va ir bien."
- ❖ "Se que no lo puedo hacer."
- ❖ "Se que no voy a tener éxito."
- ❖ "No tengo una buena opinión de mi mismo."
- ❖ "Quisiera ser otra persona."

4.7. ELEMENTOS LIGADOS A LA AUTOESTIMA

Según lo sugerido por el autor (Mauro Rodríguez, 1999, pag. 45), los elementos de la autoestima son diversos, por ello los sintetizó en tres esenciales, que son:

- a) El Auto Concepto
- b) El Auto Respeto
- c) El Autoconocimiento

Conocer cada uno de los componentes de la autoestima nos permitirá, sin duda, entender mejor su desarrollo y reconocer la importancia de ella en nuestra vida cotidiana. Puesto que la autoestima, afecta a todo el comportamiento humano y recibe influencias determinantes desde la infancia hasta el último momento de la vida, es indispensable identificar sus componentes, para así, elaborar estrategias que nos lleven a fortalecerla y mantenerla en estado equilibrado.

4.7.1. El Auto Concepto

Es la opinión o impresión que la gente tiene de sí misma, es su "identidad hipotetizada", la cual se desarrolla a lo largo de muchos años. El auto concepto, es el conjunto de percepciones cognoscitivas y actitudes que la gente tiene acerca de sí misma. El auto concepto es multidimensional y cada una de ellas explica roles diferentes. Una persona puede calificarse como esposa/o, como profesional, líder, pariente amigo y así sucesivamente; esos aspectos diferentes del yo, describen la personalidad total. Los individuos pueden tener auto conceptos diferentes, que cambian de vez en cuando, que pueden ser o no, retratos precisos de ellos mismos. El auto concepto se elabora constantemente, dependiendo de las circunstancias y de las relaciones confrontadas por la persona. Entre los niveles del auto concepto se tienen:

- a) *Nivel Cognitivo:* Intelectual: constituye las ideas, opiniones, creencias, percepciones y el procesamiento de la información exterior. Basamos nuestro auto concepto en experiencias pasadas, creencias y convencimiento sobre nuestra persona.
- b) *Nivel Emocional Afectivo:* Es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales. Implica un sentimiento de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros.

- c) *Nivel Conductual*: Es la decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente.

Factores que determinan el Auto Concepto

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

b- El esquema corporal: supone la idea que tenemos de nuestro cuerpo a partir de las sensaciones y estímulos. Esta imagen está muy relacionada e influenciada por las relaciones sociales, las modas o sentimientos hacia nosotros mismos.

b- Las aptitudes: son las capacidades que posee una persona para realizar algo adecuadamente (inteligencia, razonamiento, habilidades, destrezas, etc.).

d- Valoración externa: es la consideración o apreciación que hacen las demás personas sobre nosotros: halagos o críticas, contacto físico, expresiones gestuales, reconocimiento o desaprobación social, etc.

4.7.2. El Auto Respeto

Atender y satisfacer las propias necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Tener un gran respeto por uno mismo conlleva tener un gran respeto hacia los demás. Reconocemos nuestros recíprocos derechos, derecho a tener tu propio punto de vista, a cambiar de opinión sin tener que dar explicaciones, a crear un mundo propio.

El respeto hacia los demás supone tener respeto por sus decisiones y por sus sentimientos. Respetar las decisiones de los demás o sus sentimientos no significa estar de acuerdo ni compartirlos, significa aceptar que la otra persona tiene derecho a tener sus propios

sentimientos y a tomar sus propias decisiones, sean o no adecuadas para mí y sean o no iguales que las mías. Significa que permitimos que los demás pongan nombre a sus sentimientos, aunque no los entendamos, aunque nosotros-as les llamemos de otra manera. Respeto hacia los demás significa respetar sus diferencias, aceptar que somos personas diferentes, con experiencias, culturas, ideologías y punto de vista distintos. Significa respetar sus sueños y sus necesidades y no tomar decisiones que les afecten, sin contar con su participación, respeto hacia los demás implica separar su conducta de su identidad. La conducta de una persona no es su identidad. Es aceptar los límites que nos impone y no invadir su espacio privado sin su consentimiento. Es no ser arbitrario con ella o él, sino consecuente. Es darle valoración, transmitirle nuestra admiración, darle recompensas. Es darle poder.

4.7.3. Autoconocimiento

Es conocer las partes que componen el yo, los papeles que vive la persona, conocer por qué actúa y siente. El autoconocimiento es el estudio personal que hace cada uno-a de sí mismo. En él se intentan analizar los aspectos tanto positivos como negativos de la persona. Es realizado debido al desconocimiento que se tiene de ellos, y que resultan vitales para el desarrollo integral de la persona. Resulta imprescindible realizar el proceso teniendo en cuenta la vida cotidiana, pues es en esos momentos cuando la persona se muestra tal como es. Por su parte, situaciones pasadas o deseos e intenciones para el futuro, pueden aportar datos relevantes.

4.8. PAPEL DE LA AUTOESTIMA

Cada vez se obtiene más información acerca de la importancia y lo fundamental que resultan los primeros años de vida de una persona. En esta etapa se establecen muchos aspectos, como por ejemplo la inteligencia, la personalidad, el comportamiento social, la imaginación, etc.; hay roles determinados para cada uno de los integrantes y el rol siempre impacta en la autoestima porque forma parte de la construcción del carácter. Por ejemplo, si

el rol tiene que ver con ser un niño estudioso y bueno, tendrá un impacto favorable, si por el contrario le toca el de niño problemático y que se porta mal, eso tendrá un impacto negativo en su autoestima. Responde a este momento y es tan importante o más que los otros, etc.

4.8.1 La Autoestima en la Familia

La autoestima además es aprender a quererse y respetarse, es algo que se construye ó reconstruye por dentro. Éste depende también del ambiente familiar en el que se vive y los estímulos que nos brinda. En un niño, es de importancia crucial descubrir su potencial y ayudar con mesura a formar su estructura. Es muy importante que la familia incentive las capacidades innatas de los niños y los aliente a practicarlas desde la más tierna infancia. Esta condición les permitirá tener más confianza y sentirse más seguros en un mundo competitivo y de gran diversidad donde no se podrán insertar adecuadamente si no se conocen bien a sí mismos.

Los prejuicios pueden influenciar a un niño a desarrollarse según las expectativas e intereses de los padres, y este factor es la condición necesaria para generar frustración y disminuir la autoestima al no poder obtener esos logros. La autoestima de un niño comienza con el embarazo de su madre, si es un hijo deseado o no deseado, porque el rechazo materno se intuye antes de nacer.

La aceptación del nacimiento de un niño, de su sexo, y de todas sus características y condiciones personales es un elemento muy importante para la futura autoestima

4.8.2 La Autoestima en la Sociedad

La forma en la que la persona se valora influye en la manera de comportarse en sociedad. Así, una persona con [autoestima alta](#) suele ser abierta, confiada, asertiva, por el contrario una persona con [baja autoestima](#) tendrá más tendencia a encerrarse en sí misma y comportarse de forma tímida, pudiendo llegar a aislarse. Ésto se debe a que las personas con baja autoestima están en una constante búsqueda de aceptación, intentando buscar en

los demás una valoración que no son capaces de darse a sí mismos y temiendo constantemente ser rechazados.

La sociedad también puede influir en la autoestima a través del facebook, que es la respuesta que los demás dan a nuestras acciones. Según esa respuesta sea de aceptación o de rechazo, la autoestima de las personas puede elevarse o disminuir.

Otra de las formas en las que la sociedad influye en las personas es a través de la imposición de [deberes morales](#). Una persona con una autoestima equilibrada y segura de sí misma examinará esos deberes y aceptará sólo aquellos con los que está de acuerdo según sus sentimientos y pensamientos. Por el contrario, una persona con baja autoestima intentará vivir según esos deberes sin planteárselos, con lo cual puede verse atrapada entre sus verdaderos deseos y la sensación de culpa que le produce separarse de lo que ordena la sociedad.

4.8.3. La Autoestima en la Escuela

En los años preescolares a través de las fantasías y del juego, los niños buscan vencer y superar las heridas a su autoestima, las cuales derivan de ir conociendo sus limitaciones. Durante los años escolares los niveles de autoestima se ven afectados aún más por la adquisición de habilidades y de competencia, especialmente en el desempeño escolar, en las relaciones de amistad y en los deportes. Durante estos años la autoestima se ve profundamente afectada por los éxitos y los fracasos en estas tres áreas de la vida del niño. La lectura es una habilidad crucial a obtener en el inicio de los años escolares. La capacidad de leer adecuadamente está íntimamente ligada con la autoestima. "Escuela" es en primera instancia "lectura", la lectura no sólo es la mayor demanda en el niño en los primeros años, sino el punto de apoyo para el resto de su aprendizaje. La lectura tiene un efecto multiplicador para bien o para mal. Un niño que lee mal, es a sus propios ojos una persona inadecuada, y los niños se sienten malos o tontos y muy frecuentemente también son vistos de la misma manera a los ojos de sus padres, sus maestros y sus amigos. El impacto de la censura de los amigos, el no poder tener amigos o ser rechazado por ellos por sus

incapacidades los lastima profundamente en su autoestima. (La Autoestima y los niños - Paul Nuttall pág.<http://www.nccc.org/guidance/sp.estima.ninos.html>).

4.9. Desarrollo de la Autoestima

El concepto del yo y de la autoestima se desarrolla gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas de progresiva complejidad. Cada etapa aporta impresiones, sentimientos e incluso, complicados razonamientos sobre el yo. El resultado es un sentimiento generalizado de valía o de incapacidad.

En general las experiencias positivas y relaciones plena ayudan a aumentar la autoestima, un cambio las experiencias negativas y las relaciones problemáticas hacen que disminuya la autoestima.

Es importante aprender a desarrollar la autoestima, para el efecto proponemos un esquema de tres tiempos, afirmación recibida, afirmación propia y afirmación compartida.

1. *Afirmación recibida.* es una necesidad perentoria e insustituible para el niño. Pero también es sumamente para el joven, adulto y el anciano habituarse a recibir y deleitarse el aprecio, la aceptación, el afecto, la atención
2. *Afirmación propia.* A medida que vamos desarrollando podemos y debemos depender menos de la afirmación que nos viene de fuera, de otros y nos conviene aprender a afirmarnos a nosotros mismos, es decir pensar positiva, a tomar conciencia, a estar dispuestos a comprendernos y perdonarnos.
3. *Afirmación compartida.* La persona que se autoestima de verdad tiende a propiciar la autoestima de aquellos con quienes se relaciona ofreciéndoles nuestro aprecio, aceptación, afecto y atención ayudándoles a descubrir sus recursos y talentos reconociendo sus méritos, brindándoles críticas realmente constructivas y alabanzas

auténticas, no sólo robustecemos su autoestima, sino también la nuestra...” (Bonet, J.V., 1994, pag. 8)

4.10. Características de la Autoestima

Coopersmith (1996), afirma que existen diversas características de la autoestima, entre las cuales incluye que es relativamente estable en el tiempo. Esta característica incluye que la autoestima es susceptible de variar, pero esta variación no es fácil, dado que la misma es el resultado de la experiencia, por lo cual sólo otras experiencias pueden lograr cambiar la autoestima, Así mismo, explica el autor que la autoestima puede variar de acuerdo al sexo, la edad y otras condiciones que definen el rol sexual. De esta manera, un individuo puede manifestar una autoestima en relación con sus factores específicos. La segunda característica de la autoestima propuesta por Coopersmith (1996), que es su individualidad. Dado que la autoestima está vinculada a factores subjetivos, ésta es la resultante de las experiencias individuales de cada individuo, el cual es diferente a otros en toda su magnitud y expresión. La autoevaluación implícita en el reporte de la autoestima exige que el sujeto examine su rendimiento, sus capacidades y atributos, de acuerdo con estándares y valores personales, llegando a la decisión de su propia valía. Este autor agrega que otra característica de la autoestima es que no es requisito indispensable que el individuo tenga consciencia de sus actitudes hacia sí mismo, pues igualmente las expresará a través de su voz, postura o gestos, y en definitiva, al sugerirle que aporte información sobre sí mismo, tenderá a evaluarse considerando las apreciaciones que tiene elaboradas sobre su persona.

4.11. La Autoestima en los Niños

El desarrollo en el niño es una de las etapas mas importantes para el progreso de la autoestima, es la etapa en la que los niños necesitan recibir valoraciones positivas de parte de su entorno familiar y social para que tengan una entidad propia, es decir conocerse, reconocerse como individuo distinto a los demás, conocer sus debilidades talentos y

sentirse valioso como persona hacia el futuro con autodeterminación y lograr la autorrealización. (Anyarin Injante, Toribio, 2001 pág. 9)

4.12. LA NIÑEZ

Es un término amplio aplicado a los seres humanos que se encuentran en fases de desarrollo comprendidas entre el nacimiento y la adolescencia - o pubertad. La niñez se constituye y caracteriza por 3 etapas que son: lactancia (bebé), primera infancia (infante) y segunda infancia o niñez en sí (niño). La niñez empieza a los dos años y termina a los nueve años y medio (por lo general, a los 10 se alcanza la pubertad que es el inicio de la adolescencia).

4.12.1. Desarrollo de las Funciones Básicas de los Niños de 6 a 12 años

Durante esta etapa se presenta la maduración en el área de los conocimientos, ya que se encuentra preparado tanto en el nivel físico como emocional, para el aprendizaje escolar.

La etapa escolar supone un momento de equilibrio en el desarrollo del niño. Durante estos años consigue una cierta armonía, una proporcionalidad en el aspecto físico que se mantiene, a pesar de las modificaciones del crecimiento, desde los 7 hasta los 11 ó 12 años de edad.

A nivel psicológico sucede algo parecido, por lo que esta etapa de crecimiento se ha llamado "período de madurez infantil". El niño continúa desarrollándose y perfeccionando sus movimientos, ahora es más fuerte y puede trabajar con mayor habilidad. Le gusta realizar juegos y actividades que exijan cada vez más movimientos fuertes y precisos. El niño ahora se mueve con más habilidad que el adulto y ejercita su actividad sin descanso

4.12.2. Cuatro Factores para Explicar la Evolución Psicológica del Niño

1. La emoción.

2. *El otro.*
3. *El medio (físico, químico, biológico y social).*
4. *El movimiento (acción y actividad).*

El método de Zazzo, (1976) consiste en estudiar las condiciones materiales del desarrollo del niño, condiciones tanto orgánicas como sociales, y en ver cómo, a través de esas condiciones, se edifica un nuevo plano de la realidad que es el psiquismo, la personalidad.

Para Wallon, (1976) la individuación se produce gracias al papel que desempeña la emoción en el niño. El bebé establece una simbiosis afectiva con sus cuidadores que le posibilita el desarrollo.

Wallon decía: “El lenguaje ha sido precedido por medios de comunicación más primitivos. La base de estos medios está en la expresión emocional”.(Medina Hernández, Janet, 2003, pag. 27).

4.13. DESARROLLO EVOLUTIVO EN LAS DISTINTAS ÁREAS DE LOS 7 A LOS 12 AÑOS

4.13.1. Desarrollo Evolutivo

Aborda el desarrollo de los niños de 7 a 12 años, el último periodo de la infancia antes de la adolescencia.

La etapa de los 7 a los 12 años corresponde a la educación primaria, es un período caracterizado fundamentalmente por lo escolar, el crecimiento físico ha disminuido respecto a la anterior etapa, los cambios no son tan drásticos y la escuela es un nuevo ámbito donde los niños van desarrollarse, cognitiva, social y personalmente.

4.13.2 Área Física y Motora

A los 7 años el crecimiento físico es en altura más que en peso. Presentan un grado de inseguridad en la coordinación óculo-manual, pueden caminar en vigas de equilibrio y saltar con precisión dentro de pequeños cuadrados. Se fatigan rápidamente, pero no se dan cuenta. Les gustan las carreras, los juegos de persecución y la repartición de juegos con reglas sencillas.

De los 8 a 12 años el factor evolutivo más destacado es el del crecimiento. A los 11 años se suele llegar a alcanzar el 75% de la estatura adulta. El crecimiento más importante se inicia al final de esta etapa, en las chicas entre los 10 y 12 años y en los chicos entre los 11 y los 14 años.

Son infatigables, Tienen un gran espíritu competitivo. Toman conciencia de la postura. Coordinación dinámico-global y coordinación óculo-manual: gran desarrollo de coordinación y el aprendizaje habilidades y tareas complejas y específicas (saltos, giros, botes, desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etcétera).

4.13.3 Área Cognitiva

Entre los 7 y los 11 años se inicia el pensamiento lógico-matemático con la adquisición del concepto de número, los niños van a ser capaces de utilizar símbolos para llevar a cabo actividades mentales: Clasifican y manipulan números. Tratan conceptos de tiempo y espacio. Distinguen la realidad de la fantasía Son capaces de enfocar todos los aspectos de una situación, no centrándose en uno solo como cuando eran más pequeños. Van comprendiendo mejor otros puntos de vista, son más flexibles en su pensamiento moral. Son menos egocéntricos.

4.13.4 Área Adaptativa: Autonomía y Autocontrol

❖ **Autonomía:** Hasta los 7 años los niños van desarrollando una serie de habilidades básicas de autonomía muy relacionadas con ellos mismos: la higiene (el control de

esfínteres, el aseo: desde lavarse las manos hasta bañarse o ducharse con supervisión), la comida (comen por sí solos utilizando los cubiertos), son capaces de vestirse completamente.

❖ **Autocontrol:** La etapa de los 7 a los 12 años es un estadio de transición en el autocontrol, los padres continúan ejerciendo un control general de supervisión, mientras que los niños empiezan a ejercer su autorregulación. Este autocontrol depende de la capacidad del niño para conciliar sus propios deseos con las exigencias exteriores.

❖ **4.13.5. Comunicación**

Aunque muchas personas piensan que la comunicación es principalmente oral o escrita, la comunicación es mucho más: es el intercambio de ideas e información. Una mirada de complicidad o de un toque suave también puede transmitir un mensaje fuerte y claro, al igual que un empujón o una bofetada enojada.

La buena comunicación no es algo que simplemente sucede entre los miembros de familias fuertes, sino que hacer que suceda.

4.13.6 Área de Comunicación

A los 6 - 7 años suele completarse el desarrollo fonológico (la adquisición de las unidades lingüísticas).

A los 7 años la mayoría de los niños han aprendido a leer de forma mecánica. La comprensión lectora irá desarrollándose paulatinamente.

Para cuando cumplen los 10 años, la mayoría de los niños pueden seguir 5 instrucciones consecutivas. Los niños con déficit en este aspecto pueden tratar de cubrirlo volviéndose contestatarios o haciendo payasadas para no exponerse a un potencial ridículo al pedir que les aclaren las instrucciones.

A los 10 - 12 años suele completarse el desarrollo el gramatical. Los niños que no son capaces de expresarse adecuadamente pueden ser más propensos a comportarse agresivamente o tener rabietas.

4.13.7. Área Personal y Social

Hasta la entrada en el colegio la única fuente de socialización para los niños es su familia. Con la entrada en el mundo escolar los niños se enfrentan y descubren otros ámbitos de socialización, otras relaciones importantes en su vida. La escuela, maestros y compañeros, se convierten en agentes importantes para aprender a relacionarse con los otros así como para ir desarrollando el concepto de sí mismos.

Comienzan a ser más independientes de sus padres y se relacionan con más gente, sobre todo sus compañeros. A través de la interacción con otros niños hacen descubrimientos de sus propias actitudes, valores y habilidades, pero la familia permanece como una influencia vital. A los 7 años comienzan a desarrollar un concepto de quiénes son (yo real) y de cómo quieren ser (yo ideal). A partir de ahora los niños son más receptivos a la influencia de la gente, con lo que se pueden utilizar mejor los refuerzos sociales, aprobación o desaprobación, que en los niños más pequeños que responden principalmente a los refuerzos materiales. Aunque antes de los 7 años los niños empiezan a hacer amigos, es en esta etapa cuando comienza a funcionar realmente el grupo de amigos. El grupo de amigos ofrece seguridad emocional, consuelo, aprenden el manejo dominancia-sumisión (cuando ceder o no).

4.14. IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA

La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a manera de ser y al sentido de nuestra valía personal; por lo tanto, no puede menos de afectar a nuestra manera de estar y actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa al influjo de nuestra autoestima.” La conducta del individuo es resultado de la interpretación peculiar de su medio, cuyo foco es el si mismo” (*Burns, R.B., pp.5ss*)(*Bonet, José Vicente.1997 pág. 19*).

Nadie puede dejar de pensar en si mismo y de evaluarse, todos desarrollamos una autoestima suficiente ó deficiente, positiva ó negativa, alta ó baja, aunque no nos demos cuenta. Importa por tanto, desarrollarla de la manera más realista y positiva posible y que nos permita descubrir nuestros recursos personales, para apreciarlos y utilizarlos debidamente, así como nuestra deficiencia, para aceptarlas y superarlos en la medida de nuestras posibilidades.

La importancia de la autoestima se aprecia mejor cuando cae uno en la cuenta de lo que opuesto a ella no es la hétero-estima, ó estima de los otros, sino la estima propia, rasgo característico de ese estado de suma infelicidad que llamamos depresión, una autoestima suficiente suele ser uno de los componentes de la persona feliz.

La autoestima, importante en todos los estadios de vida, lo es de manera especial en los estadios formativos de la infancia y de la adolescencia, en el hogar y en aula, así como en el estadio generativo de la vejez. La psicopedagogía adjudica a la autoestima un papel fundamental en el crecimiento del niño como persona humana.

4.15. FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA

Elogiar los éxitos de los niños (aunque sean muy pequeños), demostrar cariño de una forma sincera, hacerles saber que son muy importantes, demostrarles un cariño mutuo, y decirles qué cosas debe hacer en lugar de lo que no deben hacer.

Autores como Woolfolk (1996), ofrecen algunas estrategias que se pueden utilizar tanto en la casa, como en la escuela, para fortalecer la autoestima ante la frustración que pueda sobrevenir como consecuencia en el fracaso escolar, parcial o total u otros problemas que se presentan.

En primer lugar, propone esta autora que se debe asegurar de que los niños tengan la oportunidad de establecer metas realistas y trabajar para alcanzarlas. Sugiere comenzar con tareas breves para seguir con otras más largas o de mayor complejidad.

En segundo término, se debe dar a los niños una oportunidad para demostrar su independencia y responsabilidad, para lo cual los encargados de los niños deben ser tolerantes ante los errores y delegar con los niños ciertas responsabilidades. La tercera recomendación se refiere a las necesidades de dar apoyo a los niños que parecen desanimados, utilizando estrategias muy fáciles que muestren el progreso de cada niño, valorar sus avances y premiar a quienes avancen más con respecto a su propio desempeño. (Revista Ciencias de la Educación, 2003)

4.16. VARIABLES PSICOLÓGICAS VINCULADAS A LA AUTOESTIMA

Coopersmith (1996), afirma que existen diversos elementos o variables psicológicas que intervienen en la autoestima. Entre ellas menciona los valores como una variable importante. Los valores, se traducen en guías conductuales que promueven experiencias positivas o negativas que afectan la autoestima.

Agrega el mismo autor, que la motivación al logro y la necesidad de logro también está vinculada a la autoestima, puesto que en los individuos que cuenten con una inclinación hacia la búsqueda de éxito, contará con experiencias positivas a nivel de metas, status y roles que le facilitarán un determinado desarrollo de la autoestima.

Para Santiago Rodríguez Espinar (1993) “los valores constituyen la estructura del pensamiento, con ellos cada persona diferencia lo que está bien o lo que está mal, un firme sistema de valores ayuda a tomar decisiones con base en y no en las presiones externas. El comportamiento coherente está impregnado por los valores de la persona. Así evita caer en contradicciones, los valores fortalecen el logro de metas específicas”.

También Coopersmith (1996), resalta la importancia de las relaciones interpersonales, indicando que las relaciones con otros implican las interacciones de *comunicación* y *respeto*, las mismas influyen en la medida en que el individuo se valora a sí mismo en su relación con el entorno. Finalmente, el autor destaca que también el comportamiento en general, incluyendo la tolerancia a la frustración afecta la autoestima, puesto que la manera de responder ante diversas situaciones puede constituir un factor importante que contribuya o limite la autoestima, pudiendo minimizar o maximizar la autoestima. (Revista de Investigación en Psicología, UNMSM / 2006 / Pág. 9 – 22)

4.17. LOS NIÑOS EN ALDEAS S.O.S.

El objetivo principal se centra en el desarrollo del niño hasta que llega a ser una persona autosuficiente y bien integrada en la sociedad. Se reconoce la importancia del papel del niño en su propio desarrollo, así como el de su propia familia, comunidad, Estado y otros proveedores de servicios, y cooperación con otras partes interesadas relevantes para dar la respuesta más adecuada a la situación de aquellos programas, construimos a partir de los recursos e iniciativas ya existentes y fortalecemos las capacidades donde es preciso.

De este modo, con intervenciones apropiadas y usando adecuadamente los recursos disponibles, mejoramos en lo posible la situación de los niños y niñas de nuestro grupo objetivo. Al mismo tiempo, la institución es que los niños aprendan a aceptar el compromiso como parte necesaria para la vida, entiendan que participar es comprometerse, comprendan que con sus compromisos, demuestran que hay un futuro posible. (Aldeas Infantiles SOS – BOLIVIA. 2005).

V. METODOLOGÍA

El presente trabajo de intervención corresponde al área de *psicología educativa y social*, en la que se enmarca la presente Práctica Institucional; es decir, la *psicología educativa*, es el área de la [psicología](#) que se dedica al estudio de la enseñanza humana y los procesos de aprendizaje, en un sentido amplio es la acción y efecto de educar, formar e instruir a una persona, especialmente a los niños, es claro que el ser humano en el transcurso de su vida, va atravesando por diversas etapas de maduración que conllevan características muy particulares, especialmente en el tema del autoestima que se va desarrollando a lo largo del proceso evolutivo, influenciado por la educación y enseñanza impartida en el hogar y la escuela.

También se enmarca en la *Psicología Social* que se interesa por los pensamientos, emociones, deseos y juicios de los individuos, así como por su conducta externa. Los fenómenos psíquicos internos pueden deducirse a partir de ciertas peculiaridades de la conducta y comportamiento externos.

Diferentes investigaciones han demostrado que los estímulos sociales influyen en el nivel de autoestima de las personas, y que, en la práctica, todo lo que un individuo experimenta está condicionado en mayor o menor grado por sus contactos sociales.

(Ibérica, Manuel, 2005, pps.98, 302, Editorial, Grafic. Madrid – España)

Se trabajó con un grupo de niños de 7 a 9 años en el desarrollo de su autoestima.

Se utilizó el método comparativo porque se aplicaron los instrumentos en tres fases. Pre Prueba, Intervención y Post Prueba para medir el impacto de la fase de intervención.

5.1 DESCRIPCIÓN SISTEMATIZADA DEL DESARROLLO DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL (P.I.)

La Práctica Institucional consistió en aplicar el Programa de Intervención para Desarrollar la Autoestima, desarrollado en la Institución denominada Aldeas Infantiles SOS – Tarija, en

el Centro Comunitario, ubicado en la Av. Froilán Tejerina- de la zona del Mercado Campesino.

El mismo estuvo dirigido a todos los niños y niñas que asisten al Programa Aulas Abiertas del Programa Fortalecimiento Familiar SOS-Tarija, comprendidos entre 7 a 9 años de edad.

Los Temas trabajados en la P.I. fueron:

- ❖ Concepto de Autoestima
- ❖ Autoconocimiento
- ❖ Expresión de sentimientos
- ❖ Identificación de rasgos positivos y negativos
- ❖ Fortalecimiento de valores
- ❖ Aceptación y Respeto de sí mismos

Se empleó el Método Activo - Participativo, en las 25 Sesiones, realizadas con los niños y 5 Sesiones efectuadas con los padres y madres de los pequeños. La intervención tuvo una duración de 500 horas, en las que se realizaron también observaciones de las reacciones y manifestaciones textuales de los participantes.

Durante las sesiones se realizaron:

- ❖ Exposición de temas
- ❖ Dinámicas participativas
- ❖ Reflexión y Debate
- ❖ Exposición de Videos etc.

Al finalizar cada sesión se llevó a cabo la correspondiente evaluación de la misma.

5.2 POBLACIÓN BENEFICIARIA

Niños y niñas que estudian en la escuela por la mañana o por la tarde comprendidos entre 7 y 9 años de edad, cuyo número asciende a un total de treinta (30) participantes que asisten a las Aulas Abiertas del Programa de Fortalecimiento Familiar S.O.S., donde adquieren nuevos conocimientos o solucionan dificultades de aprendizaje; realizan sus tareas

escolares y recurren al Centro con la finalidad de que se los oriente, logrando de esa manera mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje; los padres de los menores trabajan durante el día y no pueden hacerse cargo de ellos, éstos niños provienen de familias de bajos recursos económicos.

CUADRO N° 1
POBLACIÓN BENEFICIARIA

NOMBRE	SEXO	EDAD	COLEGIO	NIVEL ESCOLAR	TURNO
1. Y. G. A. S.	Masculino	9 Años	Bernardo Navajas Trigo	5 to "A" Primaria	Mañana
2. L. G. A. A.	Masculino	7 Años	Nazaria Ignacia March	1 ro "A" Primaria	Mañana
3. D. C. V.	Femenino	7 Años	Lidia de Campos	2 do "A" Primaria	Mañana
4. D. F. R.	Femenino	8 Años	Lidia de Campos	2 do "A" Primaria	Mañana
5. M. C. R.	Femenino	7 Años	Nazaria Ignacia March	2 do "B" Primaria	Mañana
6. N. B. R.	Masculino	7 Años	Lidia de Campos	1 ro "B" Primaria	Mañana
7. E. V. L.	Masculino	7 Años	Bernardo Navajas Trigo	1 ro "B" Primaria	Mañana
8. M. C. I.	Femenino	8 Años	Lidia de Campos	2 do "A" Primaria	Mañana
9. P. A.	Femenino	7 Años	Bernardo Navajas Trigo	2 do "A" Primaria	Mañana
10. É. R.	Femenino	7 Años	Eulogio Ruiz	2 do "B" Primaria	Mañana
11. M. R. D.	Masculino	7 Años	Lidia de Campos	1 ro "A" Primaria	Mañana
12. N. C. M.	Femenino	8 Años	Lidia de Campos	2 do "A" Primaria	Mañana
13. L. R.	Femenino	9 Años	Tarija	3 ro "B" Primaria	Mañana
14. C. R. C. Q.	Masculino	9 Años	Lidia de Campos	3 ro "B" Primaria	Mañana
15. G. A. A.	Femenino	8 Años	Nazaria Ignacia March	4 to "A" Primaria	Mañana
16. C. U. R. T.	Masculino	8 Años	Eulogio Ruiz	3 ro "B" Primaria	Tarde
17. J. G. M. A.	Masculino	7 Años	Ntra. Señora del Rosario	1 ro "B" Primaria	Tarde
18. G. C. C.	Masculino	7 Años	Ntra. Señora del Rosario	1 ro "B" Primaria	Tarde
19. C. R. C.	Masculino	9 Años	Eulogio Ruiz	4 to "C" Primaria	Tarde
20. J. G. Q.	Masculino	7 Años	Eulogio Ruiz	2 do "C" Primaria	Tarde
21. M. C. G.	Femenino	7 Años	Eulogio Ruiz	2 do "A" Primaria	Tarde
22. A. M. Q.	Masculino	7 Años	Eulogio Ruiz	1 ro "B" Primaria	Tarde
23. E. C. B.	Femenino	7 Años	Eulogio Ruiz	1 ro "A" Primaria	Tarde
24. J. C. C. V.	Masculino	8 Años	Eulogio Ruiz	3 ro "B" Primaria	Tarde
25. O. M. A.	Masculino	9 Años	Ntra. Señora del Rosario	3 ro "A" Primaria	Tarde
26. G. C. A.	Femenino	7 Años	San Roque	2 do "B" Primaria	Tarde
27. J. C. R. J.	Masculino	8 Años	Eulogio Ruiz	1 ro "C" Primaria	Tarde
28. J. M. V.	Masculino	8 Años	Eulogio Ruiz	2 do "A" Primaria	Tarde
29. I. R. R.	Masculino	7 Años	Eulogio Ruiz	1 ro "B" Primaria	Tarde
30. G. J. R.	Femenino	6 Años	Eulogio Ruiz	1 ro "C" Primaria	Tarde

5.3. Métodos, Técnicas e Instrumentos

5.3.1. Métodos

El método activo-participativo se desarrolló a partir de la obra de Kurt Lewin (1940) innovando la investigación social, en contextos como la industria, educación y comunidad, a través de procedimientos prácticos. Al tratarse en este caso de una practica institucional (PI), contribuye a que los niños aprendan nuevas formas de cómo sentirse valorados a sí mismos, conocer tanto sus dificultades como sus virtudes y cualidades, formando un auto concepto positivo de sí mismos, posibilitando mejorar su autoestima y estar preparados afectivamente para dirigir su vida de más satisfactoria, empleando una metodología en la que la practicante se convierte en una guía del trabajo, motivando la participación de los niños, propiciando la construcción de los temas que interesa a abordar, de manera tal que los estudiantes se conviertan partícipes activos del proceso enseñanza- aprendizaje.

5.3.2. Técnicas

Las técnicas utilizadas en la práctica para el desarrollo de la autoestima fueron las siguientes:

- ❖ Dinámicas en grupo, para niños.

Consiste en la realización de diferentes actividades que se ejecutarán en cada sesión con el objetivo de que los niños aprendan a identificar los aspectos positivos y negativos que hay en ellos mismos y en los demás, y sean capaces de expresarse libremente y aceptarse a sí mismos.

- ❖ Dinámicas, para padres de familia.

Se realizaron actividades cada mes, con el propósito de hacer entender cuán importante es la autoestima en cada niño y cómo esta influye en la personalidad, mientras más apoyo tenga el niño por parte del padre, mayor valor tendrá su opinión y mayor será la influencia en la percepción que se van formando de sí mismos.

5.3.3. Instrumentos

Los instrumentos que se aplicaron para el desarrollo de la autoestima son los siguientes:

Inventario de Autoestima de Coopersmith para escolares.

El Inventario de Autoestima fue diseñado por Coopersmith para medir el nivel de autoestima; está constituido por 58 afirmaciones, con respuestas dicotómicas (igual que yo (A) - distinto a mí (B)), que brindan información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de cuatro sub test, que incluyen el sí mismo, hogar, escuela, y grupo de pares o social.

- **Autoestima Personal:** Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con su imagen corporal y cualidades personales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.
- **Autoestima en el área académica:** Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con su desempeño en el ámbito escolar, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.
- **Autoestima en el área familiar:** Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones en los miembros del grupo familiar, su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

- **Autoestima en el área social:** Consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

El Inventario de Autoestima de Coopersmithes un instrumento eficiente tanto en la aplicación de las fases de “Pre Test y Post- Test”, en este caso se aplicó el instrumento en un primer momento, antes del inicio del programa y luego al finalizar el mismo; para poder evaluar el resultado final de la Intervención.

La prueba presenta la siguiente escala de los niveles de autoestima:

CUADRO N° 2
NIVELES DE AUTOESTIMA

Rango	Niveles	Puntajes
V	❖ 1 -5	autoestima muy baja
VI	❖ 10 - 25	autoestima baja
III	❖ 25 - 75	autoestima medio
II	❖ 75 - 90	autoestima alta
I	❖ 95 - 99	autoestima muy alta

Fuente Inventario de Autoestima

Elaboración Propia

5.4 PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA DESARROLLAR EL AUTOESTIMA

Se utilizó el Programa de Intervención “*Autoestima (cómo desarrollar); juegos, actividades, recursos, experiencias creativas*” propuesto por Feldman Herrera, R.el año 2002;el mismo está compuesto por 25 sesiones, con una duración de 500 horas de Práctica

Institucional, utilizando el método activo-participativo; se destinan 5 sesiones para trabajar con los padres de los niños, con el fin de que coadyuven en el desarrollo de la autoestima en sus hijos.

Las sesiones se organizaron de manera sistemática comenzando por identificar y establecer el concepto de autoestima por los propios niños, luego a través de diversas dinámicas y actividades lúdicas realicen una introspección de sí mismos, para que se conozcan, expresen sentimientos, se valoren e identifiquen sus rasgos positivos y negativos; fortalezcan sus valores, se acepten y respeten de sí mismos y a los demás.

Con los padres se trabajó los temas de comunicación familiar, la educación, el control de conducta y la importancia de la autoestima en los niños, así como la importancia que tiene la relación de pareja en la vida familiar.

5.5. CONTRAPARTE INSTITUCIONAL

Para la realización de esta práctica de intervención el programa de Fortalecimiento Familiar SOS, brindó todo su apoyo durante la práctica realizada, se coordinó con la Lic. María Santos.

La institución se comprometió a:

- Proporcionar la infraestructura adecuada y la utilización de los medios y recursos necesarios para la ejecución de la misma.
- Supervisión de los informes a ser presentados ala psicóloga de la institución.
- Hacer partícipe a la practicante de las diferentes actividades sociales, culturales y recreativas programadas en la institución.

6.1. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS OBTENIDOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en el programa de intervención que tiene como objetivo coadyuvar en el desarrollo de la autoestima de niños y niñas de 7 a 9 años de edad, que asisten al programa “Aulas Abiertas” del Centro Social de Aldeas Infantiles SOS; se efectuaron mediciones, aplicando un pre test al iniciar la intervención y un pos test al finalizar la misma del Inventario de Autoestima de Coopersmith, con el objeto de verificar si a través del programa de intervención diseñado para los alumnos(as) y las familias de origen, se hubieran conseguido elevar los Niveles de Autoestima de los mismos.

El Primer Objetivo específico hace referencia a: *“Evaluar el nivel inicial de Autoestima que tienen los niños que asisten al Programa Aulas Abiertas de Aldeas Infantiles SOS”* para determinar el Nivel de Autoestima que tienen los niños que asisten al programa se aplicó el test de Coopersmith, de acuerdo a las cuatro áreas que evalúa el instrumento utilizado, que son: sí mismo, social, escolar y del hogar; evaluación efectuada en un primer momento o pre-test, con el que se logró obtener los datos que permiten conocer el nivel de autoestima que tienen los niños antes de participaren el programa de fortalecimiento de la misma.

Para cumplir con el Segundo Objetivo Específico que dice: *“Aplicar un Programa de Intervención para el Desarrollo de Autoestima con los niños, a través del cual puedan elaborar conceptos propios sobre el tema, aprendan a reconocer sus cualidades y habilidades innatas, las fortalezcan en base a valores y principios positivos como el respeto y aceptación de sí mismos y de los demás. En base al Programa de Intervención “Autoestima (cómo desarrollar); juegos, actividades, recursos, experiencias creativas” propuesto por Feldman Herrera, R. (2002)”*, se procedió a aplicar en los niños y niñas el Programa de Intervención de Fortalecimiento de Autoestima, durante 25 sesiones, presentando informes cada 100 horas, completando un total de 500 horas de Práctica Institucional.

El Tercer Objetivo Específico refiere: *“Realizar sesiones de orientación con los padres de familia, para que coadyuven en el desarrollo y fortalecimiento de la autoestima de sus hijos; mejorar el control sobre la conducta de los hijos y la relación de pareja en las familias de origen”*, para tal fin se realizaron cinco sesiones con la asistencia de los padres de familia.

Luego, para verificar si la intervención psicológica tuvo el efecto esperado: el de fortalecer la autoestima, se procedió a tomar nuevamente el test de Coopersmith, en un pos-test, cuyos resultados se presentan de forma ordenada mediante cuadros, acompañados del respectivo análisis cualitativo y cuantitativo comparado, dando respuesta al cuarto objetivo específico planteado: *“Realizar una evaluación final del nivel de autoestima alcanzado por los niños al concluir el programa.”*

El trabajo de intervención otorgó los siguientes resultados:

6.2 RESULTADOS Y ANÁLISIS DEL PRIMER OBJETIVO

Para dar cumplimiento al Primer Objetivo de la Práctica Institucional, que dice: *“Evaluar el nivel inicial de Autoestima que tienen los niños que asisten al Programa Aulas Abiertas de Aldeas Infantiles SOS”*. Se procedió a tomar el test del Inventario de Autoestima de Coopersmith en un inicio de la práctica o pre-test.

Los cuadros y resultados están presentados según el siguiente orden: en primer lugar los porcentajes totales de autoestima y luego cada una de las cuatro áreas que el test evalúa: si mismo, hogar, escuela y social.

A continuación el área de autoestima, porcentajes totales.

CUADRO N° 3
AUTOESTIMA (VALORACION GENERAL)

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES		HOMBRES		TOTAL	
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
MUY BAJA	1	3,3	0	0	1	3,3
MODERADAMENTE BAJA	8	27	13	41,7	20	66,8
PROMEDIO	4	14,7	3	10	8	26,6
MODERADAMENTE ALTA	0	0	1	3,3	1	3,3
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	45	17	55	30	100

Fuente Pre-Test Inventario de Autoestima

Elaboración Propia

Los datos generales o totales obtenidos en el pre-test de Autoestima de Coopersmith presentan un mayor porcentaje, de 66.8% en el *Nivel Moderadamente Baja*; correspondiente a 27% mujeres y 41.7% varones.

Coopersmith (1996) plantea que la autoestima personal consiste en la evaluación que cada uno hace de sí mismo en los diferentes aspectos de sus cualidades e imagen corporal, la que implicaría un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo, esto es cómo uno mismo se ve y valora; siguiendo esta teoría se observa que los niños encuestados no tienen una buena imagen de sí mismos, hay una fuerte desvalorización de sí mismos, desconocen sus habilidades. La autoestima baja influye negativamente en su capacidad de comunicarse y relacionarse con sus familiares y pares, mostrándose pesimistas, negativos, agresivos, frenándose a sí mismos las posibilidades de lograr éxito en sus vidas.

De manera general, se aprecia un menor nivel de autoestima en las niñas, quienes proporcionalmente puntuaron principalmente en *moderadamente baja* o *muy baja*, en comparación con los varones que llegaron a puntajes promedio y moderadamente altos; este dato puede sugerir un problema de género, en cuanto a la forma tradicional de crianza en

nuestro medio, donde en muchos casos se discrimina y/o se relega a un segundo plano a las niñas, ya desde sus hogares, donde posiblemente son las que desde muy pequeñas deben asumir mayores obligaciones y deberes sólo por el hecho de ser “mujeres”, situación que perjudica enormemente el desarrollo sano de su autoestima, especialmente en su auto concepto y auto respeto, definido por el rol sexual que les toca asumir.

A continuación se presentan los cuadros correspondientes a cada una de las áreas que el Inventario de Autoestima de Coopersmith evalúa.

CUADRO N° 4
ÁREA SÍ MISMO

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES		HOMBRES		TOTAL	
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
MUY BAJA	1	3,2	0	0	1	3,2
MODERADAMENTE BAJA	8	27,6	13	42,3	21	70
PROMEDIO	4	14,2	3	9,5	7	23,6
MODERADAMENTE ALTA	0	0	1	3,2	1	3,2
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	45	17	55	30	100

Fuente Pre-Test

Elaboración Propia

Los resultados obtenidos, luego de aplicar el instrumento, muestran que el 70 % de los alumnos se encuentran en un *Nivel de Autoestima Moderadamente Baja*, de ellos 27.6% son niñas y 42.3% niños.

Coopersmith (1996), conceptualiza a las personas con un nivel de autoestima bajo como aquellos individuos que muestran desánimo, depresión, aislamiento, se sienten poco atractivos, así como incapaces de expresarse y defenderse pues sienten temor de provocar el enfado de los demás. Agrega que estos individuos se consideran débiles para vencer sus

deficiencias, permanecen aislados ante un grupo social determinado, son sensibles a la crítica, se encuentran preocupados por problemas internos, presentan dificultades para establecer relaciones amistosas, no están seguros de sus ideas, dudan de sus habilidades y consideran que los trabajos e ideas de los demás son mejores que las suyas.

CUADRO N° 5
ÁREA SOCIAL

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES		HOMBRES		TOTAL	
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
MUY BAJA	1	3,2	0	0	1	3,2
MODERADAMENTE BAJA	6	20,9	2	6,6	8	26,8
PROMEDIO	6	20,9	14	45,2	20	66,8
MODERADAMENTE ALTA	0	0	1	3,2	1	3,2
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	45	17	55	30	100

Fuente Pre-Test

Elaboración Propia

El área Social de la Autoestima hace referencia a la capacidad que presentan los individuos para integrarse en un grupo; pues a partir de su nacimiento todo ser humano va tomando contacto con el mundo externo y con las personas más cercanas, como sus padres, de quienes dependerá en un inicio. Luego, a medida que va creciendo y desarrollándose, va recibiendo las influencias de ese medio y de muchas otras personas más con las cuales formará grupos, en todo este proceso natural de adaptación social la autoestima juega un importante papel afectando e influyendo positiva o negativamente en la persona y su entorno. (Lersch, Phillip, 1967: pág.236)

Los resultados más sobresalientes en la toma del pre-test recaen en el *Nivel de Autoestima Promedio* con un puntaje 66.8%; donde 20.9% son niñas y 45.2% niños. Las niñas tienen similar Promedio en el rango *Moderadamente Baja* 20.9%.

El rango de edad en que los niños se encuentran, 7 a 9 años, es una etapa evolutiva en la que la mayoría de ellos ya han descubierto un mundo nuevo fuera de casa: el colegio, los amigos y la calle, ofrecen ámbitos donde los pequeños empiezan a interactuar de manera más o menos independiente.

Según los datos obtenidos, si bien no demuestran niveles de autoestima altos, por lo menos se mantienen en la media, demostrando así que la mayoría de los que asisten a las “aulas abiertas” han logrado desarrollar una autoestima social promedio.

Considerando el dato de que muchos de ellos asisten a la institución desde muy pequeños, pues sus madres por motivos laborales, los dejan durante el día en los servicios de guardería o nidito, aprendiendo a relacionarse con otros niños y adultos, compartiendo y manteniendo un grado de educación aceptable.

Con respecto a la Autoestima Social, Haeussler y Milicic (1998) señalan que uno de los factores más decisivos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una alta autoestima, saberse que uno es competente y valioso para los otros. Esta autovaloración involucra las emociones los afectos, los valores y la conducta.

Cuando un niño presenta un alto concepto de sí mismo, es capaz de sentirse importante cuando necesita ayuda, porque al reconocer su propio valor le es fácil reconocer el de los demás. Es responsable, se comunica y relaciona en forma adecuada con sus iguales. En cambio, un niño con una autoestima negativa, no confía en sí mismo y tampoco confía en los demás. Suele ser inhibido y crítico, poco creativo, generalmente tiende a desvalorar los logros de los demás; como una forma de compensar sus debilidades, también desarrollan conductas desafiantes o agresivas.

Así, mientras menos valora a los demás, a su vez, él es menos querido por su entorno, generando de este modo conductas disrriptivas en sus escuelas y hogares, que en etapas

evolutivas posteriores pueden dar lugar a personalidades antisociales o problemáticas, muchos de ellos caen en adicciones y problemas con la ley.

CUADRO N° 6
ÁREA HOGAR

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES		HOMBRES		TOTAL	
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
MUY BAJA	2	6,8	3	10	5	15
MODERADAMENTE BAJA	4	13,7	5	15	9	31,7
PROMEDIO	7	24,5	9	30	16	53,3
MODERADAMENTE ALTA	0	0	0	0	0	0
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	45	17	55	30	100

Fuente Pre-Test

Elaboración Propia

En el pre-test del Inventario de Coopersmith el Nivel de Autoestima de los niños/as en el área Hogar se presenta un mayor porcentaje en el *Nivel de Autoestima Promedio*, con 53.3%; que corresponde a 30% de varones y 24.5% mujeres.

Se entiende que es en el ámbito familiar donde, desde el momento de la concepción, se va desarrollando la autoestima. El grupo familiar es el encargado de dar contención afectiva, seguridad y protección a sus miembros. En un hogar donde el niño es valorado, adorado, respetado y más que nada amado, se pueden esperar altos niveles de autoestima que luego se manifestarán en buenas actitudes cognitivas, afectivas y conductuales. Pero lamentablemente la gran mayoría de los niños y niñas encuestados provienen de hogares disfuncionales, ya sea con una sola figura parental o familias extendidas, pero que no pueden dar algo que no tienen o desconocen: amor; la violencia doméstica y el excesivo consumo de bebidas alcohólicas de los progenitores trae consecuencias como las observadas, donde la mayoría apenas se encuentra en el nivel de autoestima *promedio*.

Los niveles de *autoestima moderadamente baja* y *muy baja* corresponden mayormente a las mujeres, a quienes pareciera que les va especialmente mal en esta área, deduciendo como posible causa el machismo manifiesto con que crían las madres a sus hijos; los varones tienen más privilegios y menos deberes que las mujercitas.

La Autoestima Hogar es la familia y para muchas de ellas educar es corregir; y quizás por eso, generalmente, son más críticos que estimulantes con sus hijos. Sin embargo, el clima emocional que exista en el hogar, las expresiones de afecto, apertura para pasar momentos agradables, la forma en que se trate y guíe al niño va a tener una influencia decisiva en la estabilidad emocional futura.

Las investigaciones demuestran que una de las mayores dificultades que existen para lograr un buen nivel de salud mental es no haber contado con aprobación y afecto en la infancia (Haeussler, Milicic 1998). Es importante construir buenos recuerdos con los niños, dado que son básicos para lograr confianza en sí mismo.

Posiblemente este incremento en la autoestima del área hogar, fue fruto del trabajo realizado en las diferentes sesiones con los niños y sus progenitores, quienes pusieron en práctica las estrategias propuestas en beneficio de sus hijos/as.

CUADRO N° 7
ÁREA ESCOLAR

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES		HOMBRES		TOTAL	
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
MUY BAJA	0	0	2	6,6	2	6,6
MODERADAMENTE BAJA	9	31,8	7	22,6	16	53,5
PROMEDIO	3	10	7	22,6	10	33,3
MODERADAMENTE ALTA	1	3,2	1	3,2	2	6,6
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	45	17	55	30	100

Fuente Pre-Test

Elaboración Propia

El porcentaje más alto de autoestima en el ámbito escolar se encuentra en un *Nivel Moderadamente Bajo* con 53.5%, porcentaje compuesto por 31.8 % mujeres y 22.6% varones.

La escuela constituye otro gran ámbito de acción del niño, que en esta etapa de desarrollo influye de manera positiva o negativa sobre el concepto de sí mismo, dependiendo en gran manera la adquisición de capacidades y habilidades que logre el niño en el aspecto académico, en sus relaciones de amistades y en las actividades extracurriculares a las que se dedique y tenga talento. Los resultados más sobresalientes recaen en el *nivel de Moderadamente Baja*, que seguramente estará influyendo grandemente en el desempeño escolar de los niños; la mediocridad académica es un mal en todos los estratos de la educación y se entiende que una autoestima alta posiblemente daría opción a mejores resultados en ésta área.

6.3. RESULTADOS Y ANÁLISIS DEL SEGUNDO OBJETIVO

El Segundo Objetivo específico dice: *“Aplicar un Programa de Intervención para el Desarrollo de Autoestima con los niños, a través del cual puedan elaborar conceptos propios sobre el tema, aprendan a reconocer sus cualidades y habilidades innatas, las fortalezcan en base a valores y principios positivos como el respeto y aceptación de sí mismos y de los demás. En base al Programa de Intervención “Autoestima (cómo desarrollar); juegos, actividades, recursos, experiencias creativas” propuesto por Feldman Herrera, R. (2002)”*, en virtud de ello se aplicó el Programa de Intervención: *“Autoestima (cómo desarrollar); juegos, actividades, recursos, experiencias creativas”* propuesto por Feldman Herrera, R. (2002), compuesto por veinticinco sesiones, destinadas a los niños y niñas que asisten a las aulas abiertas en Aldeas Infantiles SOS, con la finalidad de lograr el fortalecimiento y desarrollo de su propia Autoestima. Dicho Programa de Intervención se aplicó durante cuatro meses y medio, de acuerdo al cronograma, contando con la colaboración y contraparte de la institución.

Se realizaron sesiones - taller para desarrollar las diferentes dimensiones de la autoestima. Se empleó una metodología activa-participativa, flexible, donde la actitud de los educadores y profesionales de la institución fue determinante en la creación del clima emocional que permitió que los niños desarrollaran mayor confianza en sí mismos, y puedan expresar sus sentimientos y emociones ante sus pares y el auditorio adulto.

Los temas tratados, objetivos, procedimientos, materiales, las reacciones observadas y la evaluación de cada una de las actividades se encuentran detallados a continuación:

6.3.1. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA DESARROLLAR EL AUTOESTIMA

SESIÓN # 1 PRESENTACIÓN Y TOMA DE PRE-TEST

Objetivo

- Presentar el programa de Intervención para Desarrollar el Autoestima a los niños y niñas que asisten al Programa Fortalecimiento Familiar SOS.
- Aplicar el test Inventario de Autoestima de Coopersmith (pre-test).

Tiempo: 1 hora

Procedimiento o descripción

La primera sesión se llevó a cabo con la asistencia de los niños, niñas y las “madres comunitarias”, quienes son las encargadas de brindar atención a los menores que asisten a las Aulas Abiertas de SOS, en los turnos mañana y tarde.

Luego de hacer la presentación del Programa de Intervención y de la persona encargada del mismo, se procedió a tomar el test del Inventario de Autoestima de Coopersmith (1959), que es un instrumento eficiente para medir el Nivel de Autoestima en los niños en edad escolar (ver anexos).

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños al principio estaban un poco confundidos, necesitaron la guía y esclarecimiento acerca de cómo contestar el Inventario de Coopersmith, por lo que se volvieron a explicar las instrucciones, hasta que estuvo bien comprendido por todos los participantes, luego procedieron al llenado de los mismos.

Demostraron una buena actitud: atenta, interesada y predispuesta a la participación.

Cierre de la sesión

Finalizado el llenado del test, se procedió a recoger las hojas de respuesta y se concluyó la sesión agradeciendo la participación. El efecto que se tuvo en la sesión fue positivo ya que se llegó a conocer a los niños y se pudo establecer un vínculo de confianza.

SESIÓN # 2 DEFINIENDO LA AUTOESTIMA

Objetivo

- Identificar qué entienden los niños por autoestima.
- Establecer el concepto de autoestima.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La sesión se inició con canciones infantiles y una dinámica de presentación, que consistía en lanzar la pelota por el suelo al compañero más cercano presentándose, diciendo cada uno su nombre y lo que le gusta y así sucesivamente la pelota recorría hasta la última persona del círculo.

Posteriormente, se les repartió una hoja, lápiz, borrador y tajador, se procedió a explicarles el tema de la autoestima con palabras claras y sencillas para un mejor entendimiento de los niños/as.

Cada uno escribió qué es la autoestima según lo que entendieron de la explicación que se les dio, por lo general, como todo niño algunos entendieron y otros no, por ello se les explicó nuevamente para lograr un mejor entendimiento; luego los niños elaboraron un concepto sobre el tema de la autoestima de acuerdo a sus propios conocimientos y entendimiento. Algunos niños basaron sus conclusiones en el cuadro que se les presentó al inicio de la sesión sobre respeto, cariño, defectos, etc. Los niños del turno mañana se mostraron más alegres y respetuosos durante la actividad.

Algunos niños manifestaron las siguientes definiciones.

- *“Me respeto a mí misma” (Elisabeth 7 años turno tarde)*
- *“Me quiero, me respeto” (Adrian 7 años turno tarde)*
- *“Yo quiero a mis papá” (Juan Gabriel 8 años turno tarde)*
- *“Respetar a todas las personas mayores y menores” (Osmar 9 años turno tarde)*
- *“Querernos entre nosotros” (Marcela 8 años turno mañana)*
- *“Respetar a todas las personas mayores” (Gabriela 9 años turno mañana)*
- *“Respeto a mis papás” (Evelyn 7 años turno mañana)*

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños al principio estaban un poco callados, quizá porque no entendían muy bien el tema, tampoco sabían las palabras que se les mostró en un papelógrafo.

Para motivar a los niños se realizó la dinámica del gato y el ratón, que consiste en realizar un círculo, dentro del mismo debe estar el ratón y fuera el gato, al que no hay que dejar entrar al gato, al terminar el juego los niños se sentían más alegres y luego participaron en el aula.

Algunos niños comentaron los siguientes:

- ❖ *“No sabía que yo era linda” (Evelyn 7 años turno mañana)*
- ❖ *“Todos somos lindos” (Nelly 8 años turno mañana)*
- ❖ *“Respetar a todas las personas mayores” (Gabriela 9 años turno mañana)*
- ❖ *“Yo le quiero a mi tía Ana y ella me quiere a mí” (Gustavo 7 años turno tarde)”*

- ❖ “Yo soy la más linda” (Mileydi 9 años turno tarde)
- ❖ “Me quiero tal como soy” (Cristian 8 años turno tarde)

Cierre de sesión

Parareforzar los conocimientos se hizo una retroalimentación sobre la definición de la autoestima y cómo esto influye en las personas. Lográndose conocer qué entienden los niños sobre autoestima y a través del aprendizaje perceptual cognoscitivo que depende de operaciones sensoriales o mentales se consiguió establecer el concepto del mismo.

SESIÓN # 3 PINTURA SIMBÓLICA

Objetivo

- Asimilar el cómo Soy y si es congruente con el cómo me ven los demás.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La sesión inició con cantos de alegría de los niños, posteriormente se orientó sobre lo que significa la “pintura simbólica”, se pidió a los niños que formen filas con los asientos y se acomoden por parejas, donde tenían que responder a la siguiente pregunta: *¿Qué ves de bueno en mi forma de ser?*, se les dijo que tenían que ser sinceros, abiertos, comunicativos y que escuchen con interés a su compañero/a, también se les explicó que no se limiten a decirles que son simpáticos/as, sino que deben señalar conductas específicas y concretas, por ejemplo: en qué acción han visto su bondad, capacidades prácticas, deportivas, artísticas y otros. Se les dio 2 minutos para que realicen las preguntas y obtengan las respuestas y luego se les indicó que cambien de pareja y realicen la misma actividad, hasta haber concluido con todos los participantes.

Una vez realizado, se les repartió una hoja y lápices de color donde dibujaron de manera libre lo que se asemeja la imagen de sí mismo, que los demás reflejaron. Al finalizar, se les preguntó si les gustó la actividad, qué sintieron, qué pensaron, se les pidió de manera

voluntaria que expliquen sus dibujos como una forma de afianzar su propio conocimiento, su creatividad, etc.

Lo niños comentaron lo siguiente:

- *“Aquí estoy feliz con mis papás” (Gaby, 9 años, turno tarde)*
- *“He dibujado que estoy yendo a mi casa” (Gustavo 7 años, turno tarde)*
- *“Vivo en un cerro con mis papás” (María, 8 años, turno mañana)*
- *“Estoy en la escuela jugando con amigos” (Carlos, 9 años, turno mañana)*

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños participaron con mucho respeto, todos ellos dibujaron libremente lo que ellos querían, demostrando su propia creatividad artística.

Los niños comentaron lo siguiente:

- ❖ *“Mi dibujo fue el más bonito” (Evelyn, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo voy a la escuela” (Reinaldo, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Mi dibujo es el mejor” (Marce, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Aquí estoy feliz con mis papás” (Gaby, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Mi dibujo esta lindo por que estoy con mi perrito”(Elisabeth, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Mi mamá en el dibujo esta linda”(Gustavo, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Mi dibujo esta súper lindo”(Mileydi, 9 años, turno tarde)*

Cierre de sesión

Los niños mostraron mucha creatividad, seguridad en sus dibujos, demostrando su talento. Al finalizar se explicó la importancia de sentirse seguro de uno mismo, cada uno debe quererse, amarse, respetarse, considerando que en esta edad se inicia la definición personal, basada en algunos rasgos psicológicos. Se hacen evidentes los sentimientos de vergüenza y orgullo. El concepto de sí mismo que se adquiere en esta etapa resulta difícil de modificar posteriormente. Al final de este período hay un aumento de la autoconciencia: los niños han

logrado un reconocimiento importante de sí mismos y de cómo son percibidos por los demás.

SESIÓN # 4

EL ESPEJO MÁGICO

Objetivo

- Identificar la importancia de sentirse valioso, querido y amado por uno mismo.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La sesión empezó como las anteriores, con canciones, luego se desarrolló una actividad dinámica que captó la atención de todos los niños (as); se les solicitó que se sienten formando un círculo y se les dijo que iban a observar la cosa más maravillosa del mundo, que se encontraba dentro de una caja. A cada participante se entregó la caja por un lapso de 2 minutos para que pueda observar lo que había adentro, así sucesivamente se terminó con todos los participantes. De manera voluntaria se le pidió que comenten cómo se sintieron antes y después de ver lo que había dentro de la caja, manifestándose los siguientes comentarios:

- ❖ *“Bonito, era un espejo” (Lin, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Pensaba que estaba algo”(Malvin, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo pensaba que era un regalo para nosotros” (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo creía que era regalo pequeñito” (Ismael, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Pensaba que dentro de la caja había un regalo” (Cristian, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo pensaba que había un regalo para alguien”(Mileydi, 9 años, turno tarde)*

Finalmente se les explicó el objetivo de la actividad: reconocer lo maravilloso que es uno mismo, observando el reflejo o autoimagen.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños se mostraban entusiasmados, curiosos e inquietos en el momento de saber que contenía la caja, una vez que se observaban a través del reflejo que les daba el espejo surgieron diversas expresiones como por ejemplo:

- ❖ *“Estaba bonito” (Lin, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo me sentí feliz” (Gustavo, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Pensaba que dentro de la caja había un regalo”(Cristian, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Pensaba que había algo lindo para comer” (Osmar 9 años turno tarde)*
- ❖ *“Estaba lindo” (Reinaldo, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me veía yo misma” (Daniela, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me he visto yo mismo mi cara” (Carlos, 9 años, turno mañana)*

Cierre de sesión

En esta sesión se logró motivar a que los niños se valoren a sí mismos, sentimiento que se vio reflejado en sus rostros y comportamiento tal como explica la *Prof. Lídice Valdés G.*, en el trabajo de investigación realizado, concluyendo que al final del mismo se logra un aumento de la autoconciencia: los niños han logrado un reconocimiento importante de sí mismos y de cómo son percibidos por los demás.

Desde esta perspectiva, es posible afirmar que la Autoestima General que se menciona en el instrumento aplicado (Inventario de Coopersmith) sería la suma de los juicios que la persona tiene de sí misma, es decir, lo que la persona se dice a sí misma sobre sí misma, situación que se vio reflejada a través de la dinámica del espejo.

SESIÓN # 5 CÓMO EXPRESO MIS SENTIMIENTOS

Objetivo

- Expresar sentimientos y establecer conductas deseadas.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

Se empezó la sesión realizando una pequeña dinámica para motivar la expresión de sentimientos, para lo cual, los participantes formaron un círculo y la facilitadora explicó dando el ejemplo; abrazando, acariciando, besando, etc., a un peluche. Luego, tras la explicación, se formaron dos grupos, se pidió a cada uno que escriba los sentimientos más frecuentes que tienen de manera personal y los socialicen en un papelógrafo.

Varios niños se expresaron de la siguiente manera:

- ❖ *“Yo ahora expreso mis sentimientos junto al peluche patito” (Lin Gabriel ,7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Yo quiero al patito como me quiero a mí” (Dionilda, 7 años), (Turno mañana)*
- ❖ *“A mi no me enseña mi papá a expresar mis sentimientos” (Pamela, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta decirle te quiero a mis papás cuando están conmigo” (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo expreso mis sentimientos cuando mis papás están buenitos después no” (Gabriela 9 años Turno mañana)*
- ❖ *“A mi no me gusta expresar mis sentimientos, me siento tonto (Carlos, 9 años), (Turno mañana)”*
- ❖ *“Yo me quiero, me respeto y respeto a mi mamá” (Elisabeth, 6 años, Turno tarde)”*
- ❖ *“Yo me quiero y también quiero a mis papás a mi hermanito” (Isamil, 7 años, Turno tarde)”*
- ❖ *“Yo quiero a mis tías , a mi mamá a mis amigos y los respeto pero a veces tengo vergüenza decirles que los quiero” (Jheremy, 7 años, Turno tarde)*
- ❖ *“Me da vergüenza expresar mis sentimientos en el peluche” (José Carlos, 8 años, turno tarde)*

- ❖ *“A mi me da un poco de miedo decir te quiero, a mis amigos” (Osmar, 9 años, Turno tarde)*

Como se puede apreciar a través de las diferentes opiniones, cada niño o niña tiene diferente forma de expresar sus sentimientos, algunos lo hacen abiertamente, otros no saben cómo expresarse y otros sienten vergüenza. Finalmente, se habló de la importancia que tiene el expresar los sentimientos a los demás y a uno mismo, Finalmente, se les motivó a que expresen sus sentimientos de aceptación y respeto a los compañeros, amigos y familiares.

Los niños y niñas de ambos turnos mostraron buena disposición participando al momento de anotar las opiniones en el papelógrafo.

En el turno tarde, los niños y niñas tienen vergüenza o miedo de expresar sus sentimientos a los demás, por el hecho de que no le enseñaron sus padres, en cambio, en el turno mañana la mayoría los expresa aunque no frecuentemente, lo demostraron con el peluche que ayudó a muchos niños a demostrar sus sentimientos sin vergüenza.

Cierre de sesión

Las investigaciones demuestran que una de las mayores dificultades que existen para lograr un buen nivel de salud mental es no haber contado con aprobación y afecto en la infancia (Haeussler, Milicic, 1998). Es importante construir buenos recuerdos con los niños, dado que son básicos para lograr confianza en uno mismo.

Culminando la actividad, se enfatizó sobre la “dinámica del peluche” y cómo a través de ese juego aprendieron a expresar sus sentimientos hacia los demás ya que el hacerlo los sentir mejor con ellos mismos y con las personas que aman, cumpliéndose adecuadamente con el objetivo establecido para esta sesión, los niños pudieron expresar sus sentimientos a los demás y hubo una mayor integración en el trabajo grupal.

SESIÓN # 6

YO SOY

Objetivo

- Identificar la importancia de sentirse valioso, querido y amado por uno mismo

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

La sesión se inició con una dinámica orientada a captar la atención en los niños, posteriormente, se les dio a conocer el objetivo de la actividad y la metodología con la cual se trabaja. A continuación, se reunió a los participantes en grupos y se le repartió a cada uno 6 tarjetas para que llenen los siguientes datos:

Mi nombre:

Cualidades más advertidas por mis compañeros:

Qué siento ante lo que me han dicho:

Se les pidió que en completo silencio, se dediquen en primer lugar a escribir en las tarjetas las cualidades positivas de sus compañeros de grupo y luego se las entreguen, no debían escribir defectos.

A continuación se describe lo que colocaron en las tarjetas acerca de sus compañeros:

- ❖ *“Pamela es linda” (Neyder, 8 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Daniela es cariñosa y linda” (Edwin, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Gabriel es estudiante, es educado” (Sarai, 8 años, Turno mañana)*
- ❖ *“María es buena y hace caso a las tías” (Gabriela, 9 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Isamil es bueno” (Cristian Rojas, 7 años, Turno tarde)*
- ❖ *“Mileydi es generosa y educada” (Juan Gabriel, 7 años, Turno tarde)*
- ❖ *“Nicol es muy buena” (Osmar, 9 años, Turno tarde)*

Se pidió a cada uno de los niños y niñas lean lo que sus compañeros escribieron y que comenten cómo se sintieron al saber lo que piensan los demás de ellos.

Finalmente, se realizó una retroalimentación sobre la importancia de sentirse valioso, querido y amado por sí mismo. Indicando que uno de los elementos sencillos que se puede utilizar, es expresar a los compañeros las cosas positivas que éstos tienen ya que ello hace sentir bien a las personas. Además es muy sencillo hacerlo, no cuesta nada y el efecto que tiene en el amigo es muy positivo.

Reacciones en la actividad (observaciones)

En esta sesión los niños/as no sabían qué escribir, quizá debido a la vergüenza, el qué dirán, etc. Pero se les motivó explicando que es muy importante dar a conocer lo bonito que tiene cada compañero, como también que sepa de cada compañero que es lo que piensan de ellos, hubo algunas complicaciones con los niños menores del aula por el hecho que recién estaban aprendiendo a leer y escribir, es por eso que se trabajó más tiempo con éstos.

No hubo reacciones negativas, en la sesión algunos niños manifestaron los siguientes comentarios de lo que sus compañeros escribieron:

- ❖ “ *No sabía que era yo linda por que nadie me ha dicho*” (Pamela, 7 años, Turno mañana)
- ❖ “ *Me sentí feliz por saber eso que soy linda y cariñosa*”(Daniela, 8 años, Turno mañana)
- ❖ “*Me sentí alegre por saber cosas buenas*” (Gabriel, 8 años), turno mañana)
- ❖ “*Me siento bien*” (Mileydi, 7 años, Turno tarde)”
- ❖ “*Yo me siento feliz por saber lo que dijo Osmar*” (Nicol 7 años, Turno tarde)

Cierre de sesión

Los niños se sintieron contentos, orgullosos de sí mismos al enterarse qué es lo que piensan los demás de ellos aumentando la valoración de sí mismos. Coopersmith (1996) dice que la Autoestima General que se menciona en el instrumento aplicado (Inventario de

Autoestima) sería la suma de los juicios que la persona tiene de sí misma, es decir, lo que la persona se dice a sí misma sobre sí misma. Para finalizar se les explicó que es muy importante sentirse valioso uno mismo, así tal cual es, que cada uno debe quererse, amarse, respetarse

SESIÓN # 7 SOMOS BUENOS PARA UN MONTÓN DE COSAS

Objetivo

- Promover en los niños/as el fortalecimiento de sus cualidades, para enfrentar los desafíos y convertirlos en retos en todos los ámbitos

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

La sesión inició con una actividad dinámica, luego se dividió a los niños formando grupos de dos personas. Uno de ellos debía asumir el papel de entrevistador y el otro de entrevistado y viceversa, el entrevistado preguntaba sobre las cosas que más le gusta hacer y las cosas que no hace bien y ¿por qué? Cada niño que hacía de entrevistador escribía en la hoja de anotaciones, las respuestas, posteriormente se socializó la información con todo el grupo; los niños se sentían entusiasmados, las expresiones más frecuentes fueron las siguientes:

- ❖ *“Me gusta jugar pelota y no me gusta hacer a veces mis tareas” (Edwin, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta hacer mis tareas y no me gusta tanto jugar con otras personas desconocidas” (Gabriel, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta jugar con mi hermanita y no me gusta pelear con ellas (Sarai, 9 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta jugar , hacer mis tareas y hacer caso a mi mamá, pero no me gusta quedarme sola” (Dionilda, 7 años, Turno tarde)*

- ❖ *“Me gusta jugar con mis amiguitas con muñecas pero no me gusta a veces jugar con los chicos por que ellos pegan y son torpes” (Daniela, 8 años, Turno tarde)*
- ❖ *“Me gusta ir a la escuela hacer mis tareas y ayudar a mi mamá no me gusta pelear con los demás” (Osmar, 9 años, Turno tarde)*

Para finalizar, se hizo una retroalimentación donde se habló de la importancia de fortalecer las cosas que no les gusta hacer y mejorar las que sí les gustan realizar, practicando con más frecuencia hasta perfeccionarlas.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Se observó colaboración, pero algunos no hicieron caso, se mostraron inquietos, los mismos manifestaron lo siguiente:

- ❖ *“Todos somos bien” (Lin, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Todos somos buenos” (Evelyn, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Me gustó escuchar a mi compañera qué le gusta hacer y qué no le gusta hacer” (Sarai, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta escuchar a los demás” (Juan Gabriel, 7 años, Turno tarde)*
- ❖ *“Todos podemos ser mejores si hacemos caso a los mayores” (José Carlos, 8 años, Turno tarde)*
- ❖ *“puedo mejorar todas las cosas que no me gusta hacer” (Juan, 9 años, Turno tarde)*

Cierre de sesión

En síntesis, en esta sesión se logró que participen la mayoría de los niños sobre las cosas que les gusta hacer y las cosas que no les gusta hacer. Esta actividad, de cierta manera, obligó a los niños a identificar y reconocer que hacen cosas buenas, tomar conciencia de que uno es capaz contribuye a desarrollar la autoestima.

Objetivo

- Concientizar de la naturaleza cambiante de la autoestima y sus niveles.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

Al igual que las anteriores sesiones, en ésta se aplicó una dinámica e inmediatamente se empezó con el desarrollo de la misma, explicando a los participantes lo fluctuante que a veces es la autoestima, Esta sesión ayudó a identificar los cambios que existen en ésta y cómo podemos obtener control sobre ello, se distribuyó una hoja dividida con una línea vertical y se indicó que escriban en el lado izquierdo cómo se sienten, piensan y actúan cuando están bien consigo mismos. En el lado derecho, cómo se sienten, piensan y actúan cuando están mal consigo mismos. Los niños tanto turno mañana como turno tarde respondieron lo siguiente:

- ❖ *“Me siento bien cuando me felicitan cuando hago mis tareas y me siento mal cuando me pegan” (Marvin, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Me siento bien cuando hago mis tareas y me siento mal cuando peleo con mis compañeros” (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Estoy mal cuando mi mamá me pega y me siento bien cuando voy al parque” (Gabriela, 9 años, Turno mañana)*
- ❖ *“Estoy bien cuando no peleo con nadie y estoy mal cuando peleo con mis amigos” (Isamil 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me siento feliz cuando juegan todos conmigo me siento triste cuando mis amigos se enojan conmigo” (Cristian 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me gusta que me feliciten por hacer mis tareas, yo lloro cuando me pegan” (Jheremy 9 años, turno tarde)*

Una vez que terminaron, se pidió a los participantes que observen esos dos estados como parte de ellos mismos, que con su imaginación den a cada parte un nombre que puedan simbolizarlos. La facilitadora les explica que compartan en grupos de tres lo que escribieron, esta dinámica trata de identificar el tipo de situaciones, experiencias, o eventos que afectan para elevar o disminuir la autoestima. Concretiza lo que origina sentirse bien o mal consigo mismo.

Al finalizar se llevó a cabo una "lluvia" de ideas, usando la fantasía para sugerir todas las formas posibles de elevar la autoestima.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Se observó colaboración, una mejor participación que en las anteriores sesiones, sus reacciones fueron las siguientes:

- ❖ *“yo tengo autoestima cuando me siento bien y mal cuando no veo tele” (Leodan, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“me siento bien cuando me tratan bien” (José, 7 años, Turno mañana)*
- ❖ *“yo estoy feliz cuando me quiero y mal cuando pierdo mi plata” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“estoy contenta cuando voy a clases y estoy mal cuando no hago mi tarea” (Gustavo, 7 años, Turno tarde)*
- ❖ *“me siento bien cuando todos me tratan bien y mal cuando veo cadáveres” (Osmar, 9 años, Turno tarde)*

Cierre de sesión

Coopersmith (1996), afirma que la autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media o baja, que se evidencia porque las personas experimentan las mismas situaciones en forma notablemente diferente, dado que cuentan con expectativas diferentes sobre el futuro, reacciones afectivas y autoconcepto. A través de la sesión se logró concientizar e identificar la naturaleza cambiante de la autoestima y los sentimientos que provoca en los niños.

SESIÓN # 9

YO SOY

Objetivo

- Identificar estrategias que favorezcan el desarrollo de la autoestima.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

La sesión inició con una dinámica, que consistía en que un participante pasaba al frente y sus compañeros (as) decían varias cosas positivas de él o ella, cada uno escribió algo positivo, observado en el compañero, luego se comentó lo más destacado de él o ella. Seguidamente, se indicó que los participantes debían realizar un dibujo acerca de cómo se ven y cómo se perciben. Esta actividad se realizó de forma totalmente libre y sin ningún comentario previo. Posteriormente y de forma voluntaria, cada participante escribió alguna cualidad que considera que no tiene y que desearía tenerla. Se les dijo que los participantes que lo deseen pueden compartir algo de lo que han escrito acerca de sí mismos.

Para concluir se repartió una tarjeta en la que ellos escribieron tres veces la frase: “YO SOY.....”. Cada niño completó la frase con cualidades positivas distintas (hasta tres) y que ellos consideraban que fortalecen su autoestima.

Los niños del turno mañana y turno tarde completaron la frase en las tarjetas de la siguiente forma:

- ❖ *“Yo soy bonito , responsable, amable, cariñoso” (Edwin, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo soy bueno, trabajador, limpio, juguetón , agradable” (Yojan, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo soy juguetón , feo, delicado” (Carlos, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo soy buena , respetuosa, buena con mis hermanos, linda, educada, estudiante” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*

- ❖ *“Yo soy amigo de Dios, amoroso, feliz cuando voy al parque, respetados” (Isamil, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo soy feliz, estudioso, bueno, amigo de Dios” (Cristian, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo soy poderoso, un niño inteligente, un niño que no pelea” (Juan Carlos, 9 años, turno tarde)*

Esta dinámica se realiza con el objetivo de favorecer el desarrollo de la autoestima que tiene cada participante y las dificultades que tienen cada uno para expresarse frente a los demás.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Se observó a los niños y niñas de ambos turnos comprensivos, hubo participación mayoritaria durante la actividad.

Cierre de la sesión

La sesión permitió identificar las estrategias de modificación de comportamiento cognoscitivo centradas en el pensamiento acerca de cómo se ven y cómo se perciben, con el propósito de favorecer el desarrollo de la autoestima.

SESIÓN # 10

ADIVINA QUIÉN ES

Objetivo

- Fortalecer las cualidades de los participantes.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La dinámica aplicada en la sesión consistió en que los niños descubrieran “a ciegas” los rasgos faciales de sus compañeros. Para ello se hacía pasar al medio a un voluntario, se le cubría los ojos con un lienzo. Enseguida, otro participante se paraba frente a él y permitía que le palparael rostro y así tener que adivinar de quién se trataba, según el rostro que estaba tocando y así sucesivamente hasta terminar con todos los integrantes. Luego se les

repartió unas tarjetas hechas de cartulina, donde los participantes debían escribir su nombre, resaltando las cosas o rasgos que consideran que los definen y quisieran que conozcan los demás. Luego de recoger todas las tarjetas en una caja, se procedió a sacarlas una a una, leyendo las características descritas, el grupo tratará de adivinar quién es la persona a la que corresponde esa tarjeta. Posteriormente, se invitó a los participantes que deseen ocupar el papel de la facilitadora en el juego de la adivinanza, pasando al frente a leer las cualidades de cualquiera de sus compañeros. La sesión resultó muy participativa y al parecer fue la que más les gustó, formulando las siguientes expresiones:

- ❖ *“Soy lindo, flaquito, cabello melena, lindo” (Lin, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Soy blanca, soy linda, yo tengo botas negras, mi chompa es café” (Nelly, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo soy bonita y morena, reina de mundo” (María, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Tengopolera larga, chalina, soy blanca, sé leer” (Marcela, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo soy malísimo, poderoso, morenito, mal” (Adrian, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Tengo zapatos, chompa azul, soy un niño bueno” (Gustavo 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Soy un niño, soy morenito, tengo nariz, ojos, me porto bien” (José, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Soy un niño bueno, educado, respetuoso, simpático, buen, morenito” (Osmar, 9 años, turno tarde)*

Reacciones en la actividad (observaciones)

Si bien en un primer momento la dinámica causó una cierta resistencia, ésta se disipó una vez que los niños captaron el espíritu divertido y misterioso de la misma. Participaron con mayor entusiasmo y fueron muy comprensivos en la actividad, los dos turnos trabajaron muy bien, no hubo aspectos negativos.

Cierre de la sesión

Esta actividad se realizó con el propósito de fortalecer las cualidades de cada uno de los niños. Es la dimensión afectiva de la imagen personal que se relaciona con datos objetivos,

con experiencias vitales y con expectativas. La autoestima es el grado de satisfacción consigo mismo, la valorización de uno mismo.

SESIÓN # 11 COMO PODRÁ SER DIFERENTE MI VIDA

Objetivo

- Identificar los deseos y aspiraciones que se tienen, para reflexionar sobre ellos e identificar qué se está haciendo para lograrlos

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

Se inició la sesión realizando una actividad recreativa, posteriormente la facilitadora formó grupos pidiendo su atención les comentó que: “Un médico había diagnosticado que sólo les queda un año de vida”. Los participantes tenían que describir cómo cambiarían sus vidas desde ese momento, los niños se expresaron escribiendo lo siguiente:

- ❖ *“Me sentiría mal, triste, preocupado, no lo haría renegar a mi mamá le cuidaría a mis hermanos” (Gabriel, 9 años, turno mañana).*
- ❖ *“Me sentiría mal al no tener plata y mal también al no estar saludable” (Sarai, 8 años, turno mañana).*
- ❖ *“Me sentiría mal y me pondría a llorar” (Marcela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me sentiría muy mal” (Dionilda, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me sentiría muy mal, me faltaría plata y tendría que trabajar en algo” (Lizet, 9 años, turno tarde).*
- ❖ *“ Me sentiría mal, triste y no haría renegar a mi mamá” (Gabriel Quiroga , 8 años, turno tarde)*
- ❖ *Compartiría con todos para ayudar a mi familia”(Juan Carlos, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me sentiría muy triste” (Gloria, 6 años, turno tarde)*

Todo lo que escribieron en las hojas, denotaba preocupación, tristeza y ansiedad al imaginar ya no tener tiempo para realizar todo lo que hubieran querido hacer, especialmente compartir con sus seres queridos. Posteriormente se reforzó el propósito de saber más a profundidad los deseos y aspiraciones que tiene cada participante, con el fin de motivarlos a lograr hacer realidad sus sueños y deseos.

Reacciones en la actividad (observaciones)

La mayoría de los niños mostraron una mayor atención y colaboración en la sesión, algunos niños de los dos turnos manifestaron lo siguiente:

- *“ Me siento con ganas de ser mejor con todos” (Gabriela 9 años, turno mañana)*
- *“ Puedo hacer muchas cosa por mi familia sin hacer renegar” (Daniela 7 años, turno mañana)*
- *“Estaría bien cuando todos seríamos felices sin problemas” (Osmar 9 años, turno tarde”*

Cierre de la sesión

Coopersmith (1996), afirma que existen diversos elementos o variables psicológicas que intervienen en la autoestima. Entre ellas, menciona los valores como una variable importante, puesto que los valores se traducen en guías conductuales que promueven experiencias positivas o negativas que afectan la autoestima.

Agrega el mismo autor, que la motivación al logro y la necesidad de logro también está vinculada a la autoestima, puesto que en los individuos que cuenten con una inclinación hacia la búsqueda de éxito, contará con experiencias positivas a nivel de metas, status y roles que le facilitarán un determinado desarrollo de la autoestima.

Objetivo

- Procurar en los niños un clima de confianza y refuerzo positivo dentro del grupo
- Experimentar el dar y recibir retroalimentación positiva de una forma no amenazante.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

Se realizó una actividad dinámica de concentración, denominada “regalo de felicidad” se pidió que se sienten todos en círculo, seguidamente se repartió una hoja y un lápiz, para escribir un mensaje a cada uno de los participantes del grupo. La facilitadora hace una afirmación como "a veces uno goza más con un regalo pequeño que con uno grande. Sin embargo, es común que nos preocupemos de no poder hacer cosas grandes por los demás y olvidamos las pequeñas cosas que están llenas de significado". En el ejercicio se da un pequeño regalo de felicidad a cada uno de los participantes, invitándoles a escribir un mensaje para “regalar” a los demás, con el objetivo de transmitir positivismo y así puedan encontrar medios de expresión, la respuesta de los niños fue positiva, los mensajes expresados fueron los siguientes:

- ❖ *“Daniela eres una buena amiga estudiosa, amable, respetuosa” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Neyder es un buen jugador y estudioso y es mi amigo” (Carlos, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Nelly es mi amiga, es amable, es simpática, es bonita” (Osmar, 9 años turno tarde)*
- ❖ *“Mili siento que es cariñosa, es buena, me gusta su cara” (Juan Carlos, 8 años, turno tarde)”*
- ❖ *“Me gusta su cara de Nelly, su vestido, sus ojos” (Jheremy, 7 años, turno tarde)*

Posteriormente se explicó sobre la importancia del tema y se invitó a que lean los mensajes escritos para sus compañeros, los demás si deseaban podían responder al mensaje que les aludía.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños de los dos turnos en esta sesión prestaron atención y manifestaron lo siguiente:

- ❖ *“Me siento feliz por escuchar esas palabras de Gabriela” (Daniela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Carlos también es mi gran amigo” (Neyder, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo no creía que Osmar pensaba eso de mi, me siento feliz” (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Carlostambién es bueno y cariñosos es muy lindo” (Mili, 7 años, turno tarde)*

Se observo a los niños de los dos turnos, comprensivos, hubo participación y opiniones sobre el tema.

Cierre de la sesión

En síntesis en esta sesión los niños comprendieron el significado de dar regalos simbólicos que motiva a los demás y a uno mismo.

Coopersmith (1996), resalta la importancia de las relaciones interpersonales, indicando que las relaciones con otros que implican las interacciones en términos de comunicación y respecto, influyen en la medida en que el individuo se valora a sí mismo en su relación con el entorno.

SESIÓN # 13

SOMOS IGUALES Y DIFERENTES A LA VEZ

Objetivo

- Conocer la diferencia subjetiva que existeal asimilar nuevas ideas, nueva información y nuevos conceptos.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

Se realizaron actividades de esparcimiento compartiendo las actividades diarias que realizan los niños; luego se formó un círculo y se les repartió una zanahoria a cada uno y se les pidió que la comieran como ellos acostumbran hacerlo; posteriormente se les dio otra zanahoria y se les pidió que la mastiquen despacio, triturándola completamente, hasta que esté líquida y entonces recién se la coman. Una vez que los niños hubiesen terminado de comer las zanahorias, se les pidió que describieran verbalmente la sensación percibida al comer la primera zanahoria y luego la segunda, cuando se les pidió que lo hagan lentamente; se les preguntó si sintieron algo diferente y cuál será el mejor modo de asimilar los alimentos. Mediante la técnica de “lluvia de ideas” expresaron sus vivencias, luego se comparó la forma o estilo de comer con la forma que tenemos de asimilar nuevas ideas, nueva información y nuevos conceptos.

Finalmente, cada uno explicó sobre el auto concepto que tienen sobre la persona que comió rápido, (...son conejos) y se hizo de la misma manera sobre las personas que comen lento (...son tranquilos), con total naturalidad comentaron lo siguiente:

- ❖ *“María comió abierta la boca y como un chancho” (Dionilda, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Gabriel ha comido la zanahoria como un chancho, abriendo la boca” (Pamela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“He comido dulce saboreando como galleta” (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“He comido saboreando cerrada la boca y me gustó” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“He comido con la boca cerrada como persona” (Elisabeth, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Jorge ha comido con la boca abierta como vaca” (Adrian, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Jorge comió con la boca cerrada como un perrito” (Juan Carlos, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Adrián ha comido como sapo y después ha comido lento creo que sintió sabroso y rico” (Osmar, 9 años, turno tarde)*

Por último, se explica sobre la percepción equivocada que se tiene sobre algo y de cómo se asocia equivocadamente según el auto concepto que se tiene sobre una determinada situación; se explica que las personas somos iguales y diferentes a la vez, como las zanahorias (o personas) que al comerlas rápido y sin masticar resultan de un cierto sabor y que el mismo tubérculo al ser masticado bien, con calma y paciencia da un diferente sabor y textura, haciéndose hincapié en que no se debe juzgar a la persona sin conocerla.

Reacciones en la actividad (observaciones)

En esta sesión los niños más grandecitos captaron la explicación de la paradoja mientras que los pequeños solamente sentían ganas de comer la zanahoria, expresando:

- *“Todos somos iguales por que somos seres humanos pero pensamos diferente” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- *“Solo somos diferentes por que tenemos diferente familia” (María, 8 años, turno mañana)*
- *“Aprendí que debemos hacer caso a las tías por que son mayores” (Gabriel, 7 años, turno tarde)*
- *“No debemos pelear sin conocerlos bien” (Cristian, 7 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

En síntesis, los niños al parecer aprendieron a entender que somos iguales y diferentes a la vez y que no se debe juzgar a nadie sin conocerlos, Coopersmith (1996) destaca que también el comportamiento en general, incluyendo la tolerancia a la frustración afecta la autoestima, puesto que la manera de responder ante diversas situaciones puede constituir un factor importante que contribuya o límite la autoestima, pudiendo minimizar o maximizar la autoestima en los niños.

Objetivo

- Reconocer las características y sentimientos que se tienen cuando una persona posee autoestima alta.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

Se empezó realizando una dinámica breve captando la atención de los niños y motivándolos para realizar la actividad. Luego, mediante un cuadro se les explicó las características que tienen los niños con autoestima alta y los sentimientos que generalmente manifiestan, se les explicó que las personas con autoestima alta son activas, expresivas, con éxitos sociales y académicos, son líderes, no rehúyen al desacuerdo y se interesan por asuntos públicos.

Se les solicitó que intentaran recordar alguna ocasión reciente donde hubieran actuado o sentido alguna de las características de las personas con autoestima alta. Todos los comentarios se registraron en un papel sábana.

- ❖ *“Estoy contenta por que juego con mis amigas” (Evelyn, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“ Me sentí feliz cuando fuimos a al parque con mis papás” (Pamela, 7 año, turno mañana)*
- ❖ *“Me siento feliz cuando hago mis tareas y cuando juego a la pelota”(Gabriel, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me siento feliz cuando juego y no me pega” (Elisabeth, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me siento feliz cuando todos de mi familia estamos contentos”(Nicol, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me siento contento cuando voy al parque zoológico con mi mamá y mal cuando no hago mis tareas”(Osmar, 9 años, turno tarde)*

Al finalizar la sesión, la facilitadora explicó la importancia y particularidades de la autoestima alta y la influencia que tiene en el comportamiento humano, con la intención, de que los niños aprendan a identificar las características y sentimientos de las personas con autoestima alta.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños en esta sesión participaron adecuadamente, sus reacciones fueron las siguientes:

- *“Aprendí que las personas nos sentimos bien cuando tenemos autoestima alta” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- *“Depende de nosotros de cómo se sentimos o estamos bien con nosotros mismos” (Gabriel, 8 años, turno tarde)*
- *“Con autoestima alta se sentimos bien” (Mileydi, 8 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

Se cumplió con el objetivo de la sesión acerca de concientizar sobre las características de una persona con autoestima alta; conducta y sentimientos que se manifiesta a través de la baja destructividad al inicio de la niñez, les perturban los sentimientos de ansiedad, confían en sus propias percepciones, esperan que sus esfuerzos deriven en éxito, se acercan a otras personas con la expectativa de ser bien recibidas, consideran que el trabajo que realizan generalmente es de alta calidad, esperan realizar grandes trabajos en el futuro y son populares entre los individuos de su misma edad.

SESIÓN # 15

REFLEXION DE LA AUTOESTIMA BAJA

Objetivo

- Reconocer las características y sentimientos que manifiestan las personas con autoestima baja.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción:

La sesión inició realizando una actividad dinámica que ayudó a mantener motivados a los participantes e inmediatamente se explicó sobre la autoestima baja, sus características y cómo se manifiesta en la conducta de las personas, para esto la facilitadora se apoyó a través de ilustraciones que reflejan estos individuos; se consideran débiles para vencer sus deficiencias, permanecen aislados ante un grupo social determinado, son sensibles a la crítica, se encuentran preocupados por problemas internos, presentan dificultades para establecer relaciones amistosas, no están seguros de sus ideas, dudan de sus habilidades y consideran que los trabajos e ideas de los demás son mejores que las suyas.

Posteriormente, se indicó a los niños que se sienten en círculo y recuerden un momento reciente en el que se hubieran sentido con baja autoestima, experimentando alguna de las características explicadas anteriormente. Se pidió la participación voluntaria, manifestando lo siguiente:

- ❖ *“La autoestima baja puede lastimar a la gente” (Nelly, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me sentí mal cuando mi papa me pegó” (Estéfani, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me sentí mal cuando mi mamá me pegó, cuando no hice mi tarea” (Carlos, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Estaba muy enojada cuando no me compraron una muñeca gloria”(7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me sentía mal cuando mis compañeros en la escuela no querían jugar conmigo”(Gustavo, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me siento triste por que mi papá no está con nosotros” (Juan Carlos, 8 años turno tarde)*
- ❖ *“Estoy enojado cuando no juego con material”(Osmar, 9 años, turno tarde)*

Para concluir, se realizó el cierre de la sesión enfatizando las características de la baja autoestima y cómo llega a influir en las diferentes áreas de sus vidas, por ejemplo en la *escuela*; provoca inseguridad y timidez que repercute en el bajo rendimiento académico; en la *familia* perjudica las buenas relaciones, la comunicación y las expresiones de amor y

afecto fraterno; en el entorno *social* perjudica las buenas relaciones con sus pares, muestran conductas inadecuadas que reflejan dificultades en el auto concepto, presentan tendencia a sentirse inseguros en las estimaciones de su valía personal y pueden depender de la aceptación social, aspecto que puede derivar en la participación en grupos y pandillas, por la necesidad del sentimiento de pertenencia.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños de los dos turnos tuvieron una actitud positiva en el desarrollo de la sesión, ellos manifestaban lo siguiente:

- ❖ *“La autoestima baja afecta a los demás” (Lin, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“La autoestima baja esta cuando nos sentimos mal” (Daniela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Entonces la autoestima baja me afecta cuando estoy solo en mi casa” (Jheremy 8 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

En síntesis los niños manifestaron mayor solidaridad, mayor compañerismo entre ellos, logrando identificar las características de una persona con baja autoestima y cómo este factor negativo puede influir en sus vidas.

SESIÓN # 16

CARTA A MI MISMO

Objetivo

- Fortalecer los valores personales

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

Se empezó compartiendo las actividades diarias que realizan las madres comunitarias, posteriormente se les repartió una hoja blanca y otra de color para que confeccionen un sobre y en la otra hoja escriban una carta que contenga sus deseos para cuando sean grandes, basados en los valores que suelen tener. Se les invitó a sentarse en una mesa y se les pidió que piensen cómo serán ellos en un futuro cercano, cuando terminen la educación primaria. Una vez que hubieron terminado de escribir, se les solicitó que pongan la carta en el sobre y la adornen con una cinta. Se les explicó que esa carta será entregada a sus padres en una reunión expresamente programada, allí se les pedirá que esta carta sea conservada por sus progenitores hasta que ellos terminen la educación primaria. Se les dijo a los niños que se esfuercen para cumplir los deseos expresados en la misma. Escribieron algunas ideas como:

- ❖ *“Quisiera ser una mejor alumna y estudiosa y después de salir quisiera ser doctora para curar a mi familia” (Daniela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta ser estudiosa y en grande quiero ser profesora de kínder” (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Quisiera estudiar para ayudar a mi mamá y salir del colegio y ser doctora” (Gaby, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me gusta hacer mi tarea, cuando sea grande me gustaría trabajar para ganar plata” (Elisabeth, 6 años, turno tarde)*
- ❖ *“Quisiera tener juguetes grandes y cuando sea grande deseo ser presidente y doctor” (Cristian , 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me gusta estudiar y en grande me gustaría trabajar mucho para ayudar en mi familia” (Reinaldo, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *Con mi familia voy a ser feliz y cuando sea grande voy a ir a la universidad” (Osmar, 9 años, turno tarde)*

En esta sesión se trabajó sobre el valor de establecer *metas a corto plazo*, es decir lograr un fin u objetivo en poco tiempo, por ejemplo: este año pasar de curso con buenas notas o dar bien un examen el próximo lunes y *metas a largo plazo* cuando esos deseos o sueños se realizarán en un futuro no tan próximo, como por ejemplo, ser profesional, casarse o

realizar algo cuando sea mayor. De igual forma se trabajó sobre la importancia de la comunicación en la familia, con los amigos, en la escuela, con sus compañeros de curso, etc. La finalidad, de esta actividad, es rescatar los valores personales de cada participante.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños en esta sesión respondieron adecuadamente, y entre algunas manifestaciones se tienen las siguientes:

- ❖ *“Me gusta hacer la carta y a mi mamá le dije y me felicitó”(Gustavo, 6 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me gustó escribir mi carta para después y yo voy a cumplir”(Marcela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me gustaría tener un futuro feliz”(Daniela, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Creo que puedo cumplir lo que quiero ser en la vida si estudio”(Mileydi, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo quiero ser muy lindo y cumplir lo que quiero”(Gabriel, 9 años, turno tarde)*

Se observo que los niños de los dos turnos, tienen diferentes deseos y aspiraciones

Cierre de la sesión

En esta sesión los niños se mostraron entusiasmados al realizar los sobres, lo que ayudó que se cumpla adecuadamente con lo planificado en esta sesión: fortalecer los valores personales porque éstos desempeñan una función importante en la formación del carácter, tanto a nivel social como profesional y es un elemento imprescindible para llevar a cabo el perfeccionamiento del hombre. Se observó que los niños de los dos turnos, tienen diferentes deseos y aspiraciones para la vida, es decir, para su futuro.

Objetivo

- Fortalecer la importancia de la amistad e identificar cuál es el obstáculo de corresponder a los demás.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La sesión empieza realizando el juego la “tela de araña”, para lo cual se formó un círculo con los participantes y se les explicó sobre la red de amistad y la importancia que tiene ese sentimiento en la vida de todo ser humano. Cada niño lanza el ovillo de lana al amigo que está frente a él, éste lanza a otro niño y así sucesivamente hasta que se termine llegando a todos los niños, que deben sujetar la lana sin soltarla, es decir se realiza una “tela araña con la lana”, una vez concluida se les pide que de forma ordenada desenvuelvan la lana y vuelvan a envolver el ovillo, pero antes de desenvolver debe decir las características positivas de cada uno de sus amigos, así repetidamente hasta que termine con la última persona.

En la actividad se observó que en la mayoría de las niñas en ambos turnos, existe una red de amistad reducida, donde escogían a su mismo sexo, se les preguntó si esa cadena de amistad estaba reducida sólo a algunas, respondiendo afirmativamente, las niñas mencionaron que los niños eran molestos y torpes manifestando lo siguiente:

- ❖ *“Yo no quería pasarle la lana a Gabriel porque él a veces es molesto y malo, pega mucho, es torpe” (Marcela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo tengo una cadena de amistad, yo pase a los que yo creo mis amigos ,son estudiosos no son malcriados, yo juego con todos yo no soy mala”(Marcela, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“En mi cadena de amistad yo les pase con la lana solo a mis amigas por que son buenitas conmigo” (Sarai 9 años, turno mañana)*

- ❖ *“En esta cadena de amistad todos somos compañeros y amigos”(Osmar, 9 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo solo elegí a mis amigos porque jugamos y son buenos no peleamos” (Cristian , 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo elegí a todos porque todos son mis amigos” (Juan Gabriel, 7 años, turno tarde)”*

Para culminar, se explicó la importancia de la lealtad en la amistad y la solidaridad. La actividad terminó realizando una cadena grande sin exclusión de nadie, todos formaron una gran “cadena de amistad”, con el propósito de fortalecer la amistad en cada uno de ellos.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños respondieron lo que pensaron de esta sesión:

- ❖ *“Yo me sentí bien por que Marcela me eligió como su amiga”(Daniela 8 años, turno mañana)”*
- ❖ *“Pero todos podemos ser amigos sin pelear ni hablar malcriadeces” (Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Doy gracias a mis amigas y amigos, por escogerme como su amiga” (José Carlos, 8 años, turno tarde)”*
- ❖ *“Yo con todos juego, no tengo muchos amigos, solo compañeros en la escuela y en la aldea” (Jheremy, 9 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

En esta actividad los niños pudieron entender que la amistad es la relación de afecto recíproco, puro y desinteresado, que nace y se fortalece con el trato cotidiano y que la incapacidad de poder corresponder a los demás, ya sea por las diferencias de género, raza o condición social se convierten en obstáculos para lograr tener buenos/as amigos/as, esta sesión ayudo a reforzar las anteriores sesiones.

Objetivo

- Reflexionar sobre la importancia de las personas que realmente los quieren y los aprecian.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La actividad inició con la explicación sobre la importancia que tiene cada uno de ellos y que en el mundo no hay nadie igual, así como el amor que mucha gente les tienen; como ser su familia, sus compañeros(as) profesores, etc. Se realizó una lluvia de ideas sobre la identificación de algunas personas que los quieren, los participantes registraron en un papel que contenía un recorte de corazones y lo pegaron en una hoja blanca, también podían dibujar un retrato de las personas que los quieren, señalando por qué sienten que los quieren; finalmente se les motivó que expliquen su trabajo de manera voluntaria. Manifestaron lo siguiente:

- ❖ “ *Yo quiero a mi familia por que los quiero, a mi mamá, a mi papá y hermanito*”(Mileydi, 7 años, turno tarde)
- ❖ “*Mi familia me quiere yo les amo me respetan y me acarician y me siento bien*” (Osmar, 9 años, turno tarde)
- ❖ “*Mi familia me quiere y mis amigos son buenos conmigo y jugamos*”(Adrián, 6 años, turno tarde)
- ❖ “ *Yo quiero tener amigos que me quieran por eso es Dionilda, Daniela y Sarai y mi familia me quiere y yo también*” (Nelly, 8 años, turno mañana)
- ❖ “*La persona que más me quiere y está conmigo es mi mamá*”(Neyder, 7 años, turno mañana)”
- ❖ “*Mi familia me quiere mucho y mis amigas son bonitas y buenitas conmigo*”(María, 8 años, turno mañana)

- ❖ *“Mi mamá me quiere y yo también los quiero mucho” (Gabriel 9 años, turno mañana)*

Paraterminar, la sesión la mayoría manifestó que tienen muchas personas que los quieren, expresaron que se sienten felices, finalmente se hizo una retroalimentación sobre la importancia de valorar a esas personas y lo especiales y únicos que son. Esta actividad se realizó con la intención de reconocer que hay muchas personas que los quieren y ellos deben valorarlas.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Algunos niños manifestaron lo siguiente:

- ❖ *“Debemos valorar a las persona que nos quieren y no hacer renegar”(Daniela, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Debemos respetar a los demás”(Lin, 7 años,turno mañana)*
- ❖ *Mis papás me quieren y yo debo hacer caso” (Pamela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Mis papás me quieren y yo debo ser buena”(Mileydi, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Todos los niños tenemos a alguien que nos quieren”(Cristian, 8 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

Los niños en esta sesión se sintieron contentos de sí mismos y de las personas que los aprecian, señalando que ellos debían valorar a esas personas.

Coopersmith (1996), resalta la importancia de las relaciones interpersonales, indicando que las relaciones con otros que implican las interacciones en términos de comunicación y respecto, influyen en la medida en que el individuo se valora a sí mismo en su relación con el entorno.

Objetivo

- Fortalecer los logros y tener conciencia de las cualidades por las cuales se sienten orgullosos

Tiempo: 16 horas**Procedimiento o descripción**

La actividad empezó compartiendo las tareas que en ese momento estaban realizando las educadoras, Posteriormente, se sugirió una actividad dinámica, se repartió una fotocopia a cada uno de los niños, se les explicó que escriban sus logros en la parte del árbol y sus cualidades en el espacio de la raíz; es decir se les explicó que pongan en la primera parte sus logros y en la segunda sus cualidades personales que les ayudan a lograr sus metas, éxitos de mayor o menor importancia. En la otra columna una lista de todas las cualidades (corporales, mentales, espirituales...) que poseen en mayor o menor grado, como podría ser: inteligencia, alegría, simpatía, paciencia, entusiasmo, amabilidad, generosidad, sensibilidad, capacidad de escucha, fortaleza física, buena salud, creatividad, iniciativa, talento organizativo, Después, encima del dibujo del árbol su nombre en mayúsculas y, en los frutos que cuelgan de las ramas, algunos de sus logros. Luego, en el rectángulo de la raíz correspondiente a cada uno de los frutos, se les explicó que deben escribir las cualidades concretas que han permitido esos logros. Finalmente se les dijo que contemplen el “Árbol de su Autoestima” durante unos minutos.

La gran mayoría escribió primero sus máximos logros y luego procedió con sus pequeños logros y finalmente se les pidió que escriban su nombre en cada árbol y que den un mensaje a los demás; en base a los logros alcanzados para que los demás puedan seguir los ejemplos positivos. Para concluir, se les solicitó que expliquen al grupo de manera voluntaria, lo que colocaron en su “árbol de autoestima”.

Esta actividad se realizó con el objetivo de fortalecer el reconocimiento de los logros personales, de las cualidades por las cuales se sienten orgullosos de sí mismos, también respetar, aceptar y aprender de los logros de los demás.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños en esta actividad mostraron entusiasmo al realizar su árbol pero no quisieron explicar o comentar sus opiniones, solo algunos niños expresaron lo siguiente:

- ❖ *“Me sentí bien al explicar de mis logros mis cualidades”(Sarai, 9 años, turno mañana)”*
- ❖ *“Creo que debemos luchar para conseguir lo que queremos”(Nelly, 8 años, turno mañana)”*
- ❖ *“Me gusta decir lo que yo quiero para aprender más de mis compañeros” (Isamil, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me sentí bien al escribir mis logros”(Gustavo, 7 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

Algunos niños aprendieron a expresar sus sentimientos, sus logros personales también respetar, aceptar y aprender de los logros de los demás, pero la mayoría no entendió bien la dinámica, en síntesis no se cumplió adecuadamente el objetivo.

SESION # 20 MIS RASGOS POSITIVOS FRENTE A MIS RASGOS NEGATIVO

Objetivo

- Reconocer los rasgos positivos y negativos de sí mismo.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La actividad inició con una dinámica por lo que se les pidió a los participantes que formen un círculo, se les repartió una fotocopia donde estaban escritos varios rasgos positivos y negativos, la que se les hizo leer. En otra hoja escribieron su nombre en la parte superior, entregando la misma al niño/a de su izquierda, todos realizan esta acción escribiendo algún rasgo positivo que notan de la persona cuyo nombre se encuentra en el papel y luego pasando los papeles siempre a la izquierda, hasta completar la vuelta y volver a tener el papel con su nombre, en el cual tenía que escribir en la parte inferior rasgos positivos de sí mismo.

Al finalizar, se les pidió a los niños que lean sus hojas en voz baja y luego en voz alta. Finalmente, se solicitó que agradezcan de manera voluntaria a sus compañeros por describir sus aspectos positivos. De los dos grupos unos cuantos niños agradecieron y otros niños no quisieron.

Esta actividad se realizó con el propósito de hacer notar los rasgos positivos que tiene cada participante.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Algunos niños se mostraron entusiasmados, alegres, mientras los restantes no pusieron de su parte; esto ocurrió con los dos grupos, quizá la causa fue que estaban cansados. Los niños alegres manifestaron lo siguiente:

- ❖ *“Todas las personas tenemos cosas buenas y malas“ (Nelly, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Yo creo que soy una persona buena pero me falta mejorar las cosas malas que tengo” (Carlos, 9 años turno mañana)*
- ❖ *“Me sentí feliz al escribir lindo de mi, por que soy bonito” (Gabriel, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Pero tengo que mejorar las cosas malas y seguir con las cosas buenas que tengo” (Osmar, 9 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

En resumen no se cumplió al 100 % con el objetivo propuesto, debido a la apatía que ese día presentaban la mayoría de los niños, quizás debido a la corta edad de los mismos y a que la actividad era mayormente escrita.

La valorización personal se encuentra en el juicio de otros, especialmente de los *otros significativos*. Mientras más importante sea una persona para el niño, mayor valor tendrá su opinión y por lo tanto, afectará de manera importante la percepción que el niño se vaya formando de sí mismo.

SESIÓN # 21

UN PEZ DEBE SER PEZ

Objetivo

- Estimular la aceptación de sí mismo.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

Se inició la actividad compartiendo las actividades que se realizan cada mañana, posteriormente se les explicó que pongan atención a la lectura de un cuento sobre el pez que quería ser un ave (ver anexos). El relato agradó a los niños motivándolos a prestar atención.

Una vez terminado el cuento, se les solicitó que participen indicando qué entendieron sobre el mismo. Posterior a ello se repartió una hoja donde los participantes describieran sobre la aceptación de sí mismos.

Reacciones en la actividad (observaciones)

Los niños en esta sesión se mostraron entusiasmados y felices por escuchar el cuento, decían:

- ❖ *“Me gusta el cuento por que no debemos querer ser otros”(Daniela, 7 años, turno mañana)*
- ❖ *“Debemos querernos como somos, amarnos”(María, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Debemos aceptarnos tal como somos queremos siempre”(Gabriela, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Debemos ser felices con nosotros mismos”(Mileydi, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo me quiero tal como soy y quiero a mis papás”(Cristian, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me siento bien feliz por que todos debemos ser felices sin hacer renegar a la familia”(Osmar, 9 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

Haeussler y Milicic (1998) señalan que uno de los factores más decisivos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una alta autoestima, saberse que uno es competente y valioso para los otros. Esta autovaloración involucra las emociones, los afectos, los valores y la conducta. Cuando un niño presenta un alto concepto de sí mismo, es capaz de sentirse importante cuando necesita ayuda, porque al reconocer su propio valor le es fácil reconocer el de los demás. Es responsable, se comunica y relaciona en forma adecuada con sus iguales. En cambio, un niño con una autoestima negativa, no confía en sí mismo y tampoco confía en los demás. Suele ser inhibido y crítico, poco creativo, generalmente tiende a desvalorar los logros de los demás; como una forma de compensar sus debilidades, también desarrollan conductas desafiantes o agresivas. Así, mientras menos valora a los demás, a su vez, él es menos querido por su entorno.

SESION # 22

LA SILLA VACÍA

Objetivo

- Fortalecer el valor de la aceptación y el respeto hacia sí mismo y hacia los demás

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La actividad empezó compartiendo con las actividades que las educadoras realizan cada mañana, seguidamente se realizó una dinámica de concentración, consistente en realizar diferentes posturas físicas para llamar su atención (pararse, sentarse, levantar las manos, bajar las manos, etc.).

Posteriormente, se inició con la actividad formando en un círculo, al medio se colocó una silla y se explicó que cada uno tiene que pasar al medio a sentarse en la silla. Los demás niños tienen que felicitar a esa persona, agradecerle por ser buen amigo, un buen compañero, un buen hijo, etc.

Todos los niños de las diferentes edades pasaron al medio uno por uno de manera ordenada y cada uno empezó a manifestarse como se les pidió, en esta actividad se pudo observar que la mayoría de los niños a principio tenían vergüenza, miedo, pero se les motivó explicándoles que cada uno tiene derecho a expresar lo que siente y piensa sin que nadie se burle, de esa forma los niños expresaron sus pensamientos a su compañera(o). De igual forma se observó que la mayoría de los niños y niñas estaban alegres, felices porque sus compañeros los incentivaban a través de felicitaciones, agradecimientos por algo bueno que hicieron, los comentarios que se escucharon fueron que se sentían valorados y respetados por sus amigos, compañeros, posteriormente se habló sobre la importancia de mostrar agradecimiento a los demás por su amistad, por su solidaridad.

Esta actividad se realizó con la intención de valorar la aceptación y el respeto de uno mismo, para que se sientan valorados y respetados por sus amigos y compañeros.

Reacciones en la actividad (observaciones)

En esta actividad se vio en los niños de los dos turnos una mayor solidaridad, respeto hacia los demás, los niños manifestaron los siguientes comentarios:

- ❖ *“Me siento bien porque mis compañeros y amigos me felicitaron y agradecieron por todo” (Nelly, 8 años, turno mañana)*

- ❖ *“Me sentí bien cuando estaba en el medio sentado en una silla, porque todos decían mejor lo mejor de mí, eso me hizo sentir muy bien” (Gabriel 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Aprendí que todos los niños debemos ser agradecidos con los amigos y las familia” (Neyder, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Comprendí que debemos felicitar no solo hoy día sino en todo momento por que eso hace sentir bien a uno mismo y a los demás”(Cristian, 8 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

En la culminación de la actividad se hizo una retroalimentación sobre el tema, sin duda, esta valorización personal o autoestima se encuentra en el juicio de otros, especialmente de los *otros significativos*. Mientras más importante sea una persona para el niño, mayor valor tendrá su opinión y, por lo tanto, afectará de manera importante la percepción que el niño se vaya formando de sí mismo, en esta actividad logró que los niños se sientan motivados a ser mejores y alcanzar sus objetivos.

SESIÓN # 23

CARICIAS POR ESCRITO

Objetivo

- Desarrollar el fortalecimiento de la autoimagen de los participantes y el manejo creativo de la comunicación escrita.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La actividad se inicio formando un círculo, donde se repartió a los participantes dos hojas, se les explicó que la doblen en ocho pedazos, cortándolas lo mejor que puedan. Se les señaló que cada uno de los pedazos tienen que escribir, uno a uno, los nombres de sus compañeros y por el reverso, escriban en dos líneas o renglones, un pensamiento, buen

deseo, verso, o una combinación de estos, dirigido al compañero designado en cada pedazo de papel, Al terminar, fueron entregados a los destinatarios en sus propias manos.

En esta actividad se observó que la mayoría de los niños (as) de los dos turnos al principio elegían a sus amigos (as), y no tomaban en cuenta a los demás, al ver la indiferencia se les explicó que todos debemos querernos y ayudarnos los unos a los otros sin discriminación alguna, de esa forma los niños y niñas escribieron un buen deseo y pensamiento, dirigido a cada uno de sus compañeros, al finalizar cada compañero dio gracias por el buen deseo que escribieron en el pedazo del papel.

Esta actividad se realizó con el propósito de practicar con unas pocas y sencillas palabras cuán importante es desarrollar el fortalecimiento de la autoimagen de cada una de los niños (as).

Reacciones en la actividad (observaciones)

En los niños se observó al principio preferencias por sus pares, con la explicación que se les dio, la mayoría escribieron su deseo a otro compañero (a), en síntesis se comprobó que hicieron un trabajo bien elaborado.

- ❖ *“Me siento muy bien por que mi compañero quiere que sea un reina una buena compañera” (Liseth, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Me siento feliz porque mis compañeros y amigos tienen un deseo bonito para mi” (Gabriela, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Aprendí que todos los niños debemos ayudarnos aunque no seamos amigos” (Gabriel, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me siento bien por que quiero ayudar a las personas y a mis compañeros me dijeron que soy muy lindo y buenito” (Isamil, 7 años, turno tarde)*

Cierre de la sesión

En el cierre de la actividad se realizó una retroalimentación sobre el tema, basado en la teoría de Coopersmith (1996), quién resalta la importancia de las relaciones interpersonales,

indicando que las relaciones con otros implican las interacciones en términos de comunicación y respeto, influyen en la medida en que el individuo se valora a sí mismo en su relación con el entorno, se logró que los niños expresen sus deseos a sus compañeros para que ellos mismos se sientan felices y valorados.

SESION # 24

ALABANZA

Objetivo:

- Desarrollar conciencia de los propios logros y practicar el reconocimiento público de otros.
- Tomar conciencia de sus propias respuestas ante el reconocimiento de otros.

Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La sesión comenzó con una explicación sobre la importancia del reconocimiento de otros y el efecto de estos factores en el concepto que se tiene de uno mismo, en la motivación y comportamientos y actitudes.

Se repartió una hoja blanca y un lápiz a cada participante y se les pidió que escriban:

- ❖ Dos cosas que hacen bien
- ❖ Un logro reciente que hayan tenido

Para realizar esta actividad se juntaron en parejas para intercambiar la información que tienen en sus listas, cada miembro elaboró una carta de reconocimiento para su pareja, basándose en la información recibida, de esa forma se intercambiaron las cartas para reflexionar su contenido sin hablar. Los participantes tuvieron la oportunidad de presentar y recomendar a su pareja ante el grupo. Cada miembro por turno, se paró detrás de su compañero con sus manos puestas en los hombros del otro presentando a su pareja ante el grupo. La persona que está siendo presentada no debía comentar nada en ese momento.

Luego que todos los miembros fueron presentados, las personas pudieron aclarar cualquier información dada acerca de ellos.

Se les explicó que reflejaron sus valores mediante la presentación de sus compañeros, de igual forma se les pidió a los participantes que discutan lo que han aprendido acerca de ellos durante el ejercicio. Por ejemplo, acerca de los factores que tienen influencia en dar y recibir elogios, expresaron lo siguientes:

- ❖ *“ Me sentí bien porque cada uno de nosotros teníamos que esperar nuestro turno para hablar y eso es muy importante es parte de la educación” (Liseth, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Creo que para recibir algo hay que saber agradecer a los demás, aprender a respetar” (Gabriel, 9 años, turno mañana)*
- ❖ *“Es importante reconocer nuestros logros y deseos que tenemos ya sean malos o buenos” (Juan Gabriel, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Me parece que es importante dar gracias a los demás por los elogios o deseos que hemos tenido” (Mileydi, 7 años, turno tarde)*

Para culminar con la sesión, se brindó una retroalimentación acerca de sus propios logros con la intención de hacer notar cuan importante es el efecto de estos factores en el concepto que se tiene de uno mismo, en la motivación y comportamiento de cada persona

Reacciones en la actividad (observaciones)

En esta actividad se observó buena participación de parte los niños en los dos turnos, los mismos manifestaron:

- ❖ *“Me siento contento porque aprendí a esperar mi turno para hablar” (Lin, 7 año, turno mañana)”*
- ❖ *“Comprendí que son muy importantes mis logros que tengo cuando gano algo que quería y siempre hay que dar gracias a los demás” (Daniela, 8 años, turno mañana)”*

- ❖ *“Me gusta ser lindo, estudioso es por eso siempre he que dar gracias a los demás. Y no tener miedo de hablar lo que pensamos y sentimos” (Cristóbal, 9 años, turno tarde)”*

Cierre de la sesión

Se logró que los niños (as) desarrollen la conciencia de sus propios logros practicando mediante el reconocimiento público de otros, y de sus propias respuestas en reconocimiento a otros, de manera recíproca. Coopersmith (1996), destaca que también el comportamiento en general, incluyendo la tolerancia a la frustración afecta la autoestima, puesto que la manera de responder ante diversas situaciones puede constituir un factor importante que contribuya o limite la autoestima, pudiendo minimizar o maximizar la autoestima. Una persona con una autoestima alta es capaz de sentirse importante cuando necesita ayuda, porque al reconocer su propio valor le es fácil reconocer el de los demás.

SESION # 25

UNA ALEGRE Y LARGA VIDA

Objetivo

- Concientizar en que la vida es “el aquí y ahora”.
- Ayudar a planear su propio futuro e ir en busca de los logros.

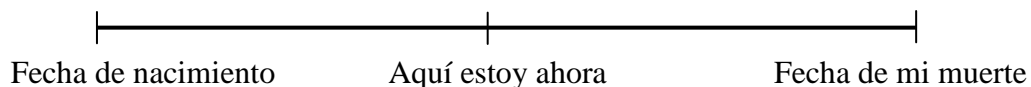
Tiempo: 16 horas

Procedimiento o descripción

La sesión comenzó con un ejercicio de respiración y relajación de Jacobson, luego se les explicó que se realizaría una dinámica de imaginación, se repartió una hoja de papel y se pidió que tracen una línea horizontal que cruce la hoja. Se les solicita que coloquen puntos en los dos extremos de la línea. Por ejemplo el punto de la izquierda representa la fecha de nacimiento, y que escriban debajo del punto la fecha de su nacimiento. El otro extremo (derecha) representa la fecha de la muerte, se solicitó a los participantes que debajo de este

punto, escriban la fecha estimada de su muerte. Seguidamente se les pidió poner un punto que represente donde se está ahora en la línea entre el nacimiento y la muerte.

Por ejemplo:



En la línea escribieron una palabra que representaba lo que se cree que han logrado hasta ahora y hacia la derecha, indicaron con una palabra algunas cosas que quisieran experimentar antes de la muerte. Al finalizar la actividad comentaron lo que sintieron y pensaron al realizar este ejercicio, expresando:

- ❖ “ *He logrado sacarme buenas calificaciones haciendo mis tareas y antes de morir quisiera a ser caso a mi mamá y a mis tías*”(Juan Gabriel, 8 años, turno tarde)
- ❖ “ *Yo logre jugar , antes de morir quisiera ser profesora*”(Mileydi, 7 años turno tarde)
- ❖ “ *Creo que logre a ser estudioso, jugar, también un buen hijo*” (Osmar, 9 años, turno tarde)
- ❖ *He logrado ser un gran jugador, yo antes de morir voya ser profesional*” (Neyder, 8 años, turno mañana)
- ❖ *Yo he logrado a no ser malcriada, quisiera ser doctora antes de morir*” (Daniela, 8 años, turno mañana)
- ❖ “*He logrado alimentar a mi ovejita*”(Gabriel, 9 años, turno mañana)

Terminada la actividad se les explicó, que si bien la vida es el aquí y ahora, es lo que estamos viviendo en este momento y lugar, hay que saber cuan importante es planear el futuro e ir en busca de los logros que uno mismo planifica.

Reacciones en la actividad (observaciones)

En esta sesión se observó buena participación de parte los niños, la mayoría expresó que tienen muchas cosas que realizar antes de morir, manifestando:

- ❖ *“Quisiera ser un presidente antes de morir un buen trabajador”(Cristóbal, 9 años, turno tarde)*
- ❖ *“Yo quisiera salvar a mi familia e irme en un cohete también volar en un avión antes de morir”(Juan Carlos, 8 años, turno tarde)*
- ❖ *“Antes de morir quisiera ser feliz y tranquila”(Mileydi, 7 años, turno tarde)*
- ❖ *“Quisiera estudiar salir bachiller y estar con mi familia antes de morir” (Gabriela, 8 años, turno mañana)*
- ❖ *“Quisiera ayudar a mi familia , trabajar antes de morir”(Gabriel, 9 años, turno mañana)”*

Cierre de la sesión

Tomar conciencia de la vida y la muerte como procesos naturales de la naturaleza humana no resulta una tarea sencilla, y a pesar de saber el desenlace que nos espera, nos resistimos y no asumimos la realidad, por ello lograr que los niños asimilen la vida como un valor, y la línea de la vida con un principio y un final permite elaborar metas, proyectos de vida, tal como cita W. Dyer (2006, pág. 72) sobre lo que expresó William James, el padre de la psicología moderna: *“Existe una ley en psicología que dice que si usted se forma una imagen mental de lo que le gustaría ser y la mantiene y retiene esa imagen el tiempo suficiente, pronto será exactamente como deseó ser”*.

6.4 RESULTADOS Y ANÁLISIS DEL TERCER OBJETIVO ESPECÍFICO

El Tercer Objetivo indica: *“Realizar sesiones de orientación con los padres de familia, para que coadyuven en el desarrollo y fortalecimiento de la autoestima de sus hijos; así como establecer un mejor control sobre la conducta de los mismos y mejorar la relación de pareja en las familias de origen”*.

El trabajo con los padres fue fructífero, se notó bastante interés en los temas expuestos, principalmente por la participación activa de los mismos, contándose con la asistencia de

20 a 25 padres de los 30 niños, más o menos un 80% estuvieron presentes en las diferentes sesiones.

La importancia de aplicar en niños de 7 a 9 años, un programa de intervención para el desarrollo de autoestima está bien fundamentado por los aportes que Gurney (1988) hace al respecto; él describe tres etapas, a través de las cuales el niño va formando una imagen personal o auto concepto. La primera etapa, llamada *existencial o del mismo primitivo*, abarca desde el nacimiento hasta los dos años. La segunda etapa, denominada *del sí mismo externo*, va desde los dos hasta los 12 años y la tercera etapa la llama *del sí mismo interior* y comprende de los 12 años en adelante.

Desde el punto de vista de la imagen personal la etapa más significativa es la *del sí mismo exterior*, porque es la más abierta a la entrada de la información. Aquí las experiencias de éxito y fracaso, así como la forma en que se desarrolla la interacción con los adultos, son decisivas. Por eso es muy importante que padres y educadores sean los generadores positivos al entregar retroalimentación al niño acerca de sí mismo. (Valdez, Chile, 2001, pág. <http://www.mipediatra.com/infantil/autoestima.htm>)

El concepto de sí mismo que tiene el estudiante es en gran medida producto de su experiencia en el hogar, así como de la identificación con sus padres. El concepto de identificación, introducido por Freud, designa el proceso a través del cual el sujeto cree que es semejante a otra persona que ha tomado como modelo, es decir, comparte algunos de sus atributos y es llevado a actuar como si fuese el modelo y poseyese sus pensamientos, sentimientos y características (Mussen 1990). La identificación con el padre o la madre puede ser una fuente muy importante de seguridad, ya que a través de este proceso el niño comienza a creer que se ha apropiado de la fuerza y aptitudes del modelo.

Por otra parte, el menor, identificado con un modelo inadecuado, cómo puede ser una madre o padre psicótico o alcohólico, quizás se sienta ansioso o inseguro por la creencia de que estos atributos indeseados del modelo son también suyos.

Como lo expresa (Daniel Golemán, 1999, Editorial Limpergraf. Barcelona – España) *“La vida en familia supone nuestra primera escuela para el aprendizaje emocional: en tan íntimo caldero aprendemos qué sentimientos abrigar hacia nosotros mismos y cómo reaccionarán otros a tales sentimientos, cómo pensar acerca de esos sentimientos y qué elecciones tenemos a la hora de reaccionar, cómo interpretar y expresar esperanzas y temores. Esta escuela emociona funciona no sólo a través de lo que los padres dicen o hacen directamente a los niños, sino también en los modelos que ofrecen a la hora de manejar sus propios sentimientos y aquellos que tienen lugar entre marido y mujer”*.

Las estrategias para mejorar la autoestima, que se enseñaron a los padres de familia de manera dinámica y participativa están relacionadas a: la Comunicación Familiar; el Control de Conducta: disciplina, castigos, sobreprotección, rebeldía, violencia doméstica, consumo de alcohol, agresiones verbales y/o físicas; la Educación y la Importancia de la Formación Académica en el Desarrollo de la Autoestima; las relaciones de pareja: pareja ideal, problemas de pareja, separación, incidencia emocional en los hijos; Importancia del Desarrollo de la Autoestima en los Niños.

Al finalizar cada una de las cinco sesiones se realizó una retroalimentación explicativa, así como se incentivó a la participación con preguntas e ideas ofrecidas por los padres, con el fin de que las estrategias expuestas sean aprendidas para su posterior puesta en práctica en sus hogares

6.4.1 PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA PADRES DE FAMILIA

SESIÓN # 1 LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y LA AUTOESTIMA

Objetivo

- Establecer una relación de apoyo con los padres de familia de los niños participantes de la PI

- Reconocer la importancia de la comunicación familiar.
- Identificar la importancia de la autoestima en los padres de familia y cómo influye su conducta en el fortalecimiento de la autoestima de sus hijos

Tiempo: 4 horas

Procedimiento o descripción

Una facilitadora social de la institución presentó a la practicante ante los padres de familia, explicando los alcances de la Práctica Institucional y los posibles beneficios en bien de sus hijos que podría aportar, especialmente por el tema con el que se iba a trabajar, así como la necesidad que ellos como padres asuman la responsabilidad sobre el desarrollo y fortalecimiento de la autoestima de sus hijos e hijas.

La practicante dio la bienvenida y agradeció la presencia de los padres y madres presentes, explicó el trabajo que se realiza con sus hijos y los objetivos que espera alcanzardurante el Programa de Intervención.

Para romper el hielo se realizó una dinámica de presentación “El Fósforo”, que consiste en encender un cerillo, y antes de que se apague la persona debe decir su nombre, lo que le agrada y desagrada. Logrando con esta dinámica el cometido esperado se procedió a explicar la importancia que tiene la autoestima de los padres en los niños, se presentó un video cortosobre“*comunicación familiar y la autoestima*”, al finalizar se explicó con palabras sencillas los aspectos importantes del mismo a modo de retroalimentación y luego se pidió la participación en plenaria de comentarios por parte de los padres, con la finalidad que los padres de familia reconozcan la importancia de la autoestima en sí mismos y en sus hijos/as, constituyéndose en coadyuvantes del fortalecimiento de la autoestima de sus hijos.

Se explicó que la autoestima en el área familiar: consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones en los miembros del grupo familiar, su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Luego se expuso la importancia de una buena comunicación familiar y su influencia en el desarrollo de la autoestima.

En esta sesión se observó buena participación de parte los padres de ambos turnos, los mismos manifestaron los siguientes comentarios:

- ❖ “ *Me parece que es muy importante apoyar a cada uno de nuestros hijos en esta edad*“(turno tarde)”
- ❖ “ *Yo creo que está bien con los temas que se toca*” (turno mañana)”

SESIÓN # 2 LA AUTO ESTIMA Y LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS

Objetivo

- Concientizar a los padres la influencia que tiene la autoestima en la educación de sus hijos

Tiempo: 4 horas

Procedimiento o descripción

Se explicó a los padres sobre la educación y la importancia que tiene la autoestima en el aprendizaje de sus hijos, para reforzar lo expuesto se proyectó un video que refleja dos escenas distintas, en una se ve que los padres fomentan la autoestima y en la otra escena se ve que los represores de la autoestima son los padres; es decir, en la primera parte se observa la importancia de la autoestima y en la segunda el cómo esto repercute en el bajo nivel escolar, familiar, social, etc.

Culminando con la sesión, se invita a los participantes a comentar sus percepciones sobre las imágenes observadas y cuáles serían sus sugerencias para desarrollar la autoestima y la educación de sus hijos, recurriendo a la técnica de “lluvia de ideas”, motivando la participación activa de los asistentes.

Los comentarios fueron los siguientes:

- ❖ “ *La autoestima es muy importante en cada niño como la educación que los padres inculcan, si un niño se desenvuelve en un ambiente no muy bueno, entonces el niño tendrá con baja autoestima, y eso hace que no se desenvuelva bien en sus aprendizaje ni socializarse*” (turno mañana)
- ❖ “ *Yo creo que la educación es muy importante depende como el niño se va formando en su ambiente , de esa forma habrá buenos o malos resultados*” (turno tarde)

Finalmente, se les explicó la influencia que tiene la autoestima en la educación de cada niño. Para Coopersmith (1996) la Autoestima Hogar es la familia y para muchas de ellas educar es “corregir”; y quizás por eso, generalmente, son más críticos que estimulantes con sus hijos. Sin embargo, el clima emocional que exista en el hogar, las expresiones de afecto, y apertura para pasar momentos agradables, la forma en que se trate y guíe al niño va a tener una influencia decisiva en la estabilidad emocional futura.

SESIÓN # 3 CONTROL DE LA CONDUCTA Y LA AUTOESTIMA DE LOS HIJOS

Objetivo

- Establecer estrategias para implementar los límites en la conducta de los hijos.

Tiempo: 4 horas

Procedimiento o descripción

La sesión se inicia con la presentación de un video donde se muestran dos casos distintos, en la primera la conducta de rebeldía, la sobre protección de los padres y el mal comportamiento, etc.; en la segunda parte del video se ven ejemplos inadecuados que dan los padres a sus hijos; tales como, el ejercicio de la violencia doméstica, el consumo del alcohol, la agresión verbal, etc.

Se escucharon los diferentes comentarios de los padres familia; la facilitadora desarrolla la parte teórica apoyada en el material conseguido. El cierre de la actividad concluye con los comentarios evaluativos de los participantes, con la intención de implementar límites en la conducta de sus hijos.

Se hizo una retroalimentación sobre la conducta de sus hijos y el concepto de sí mismo que tienen los mismos, es en gran medida producto de su experiencia en el hogar, así como de la identificación con sus padres. El concepto de identificación, introducido por Freud, designa el proceso a través del cual el sujeto cree que es semejante a otra persona que ha tomado como modelo, es decir, comparte algunos de sus atributos y es llevado a actuar como si fuese el modelo y poseyese sus pensamientos, sentimientos y características (Mussen 1990). La identificación con el padre o la madre puede ser una fuente muy importante de seguridad, ya que a través de este proceso el niño comienza a creer que se ha apropiado de la fuerza y aptitudes del modelo.

En esta sesión se observó buena participación de los padres de familia, llegaron a la conclusión que la mayoría de los padres tendrán muy en cuenta los temas que se tocaron para llevar a la práctica con sus hijos, porque consideran necesaria y oportuna la orientación.

SESIÓN # 4 LAS RELACIONES DE PAREJA Y LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS

Objetivo

- Reconocer que los problemas de pareja afectan a los hijos.

Tiempo: 4 horas

Procedimiento o descripción

La sesión empieza preguntando sobre las expectativas del tema a tratar, se realiza una introducción sobre el tema, enfatizando cómo afectan los problemas de pareja en los hijos.

Para un mejor entendimiento del tema se proyecta un video donde se ve una familia con problemas de pareja, donde los más afectados son los hijos.

Posteriormente se invita a los participantes a compartir sus percepciones sobre los temas tratados, la misma termina con una retroalimentación sobre la importancia del tema.

Los comentarios de los padres fueron los siguientes:

- ❖ *“Yo creo que si en la familia hay mala comunicación no habrá una buena relación de pareja y eso perjudica a sus hijos especialmente que no se desenvuelva bien en su aprendizaje o en la sociedad” (turno tarde)*
- ❖ *“Una buena relación de pareja es muy importante por que depende de ellos los hijos van desarrollando positivamente, a veces los padres sin darse cuenta están peleando delante de los niños y eso perjudica al niño” (turno mañana)*

En la actividad la mayoría de los padres, como las anteriores sesiones, participaron de manera positiva sobre los problemas de pareja o padres de familia y como afectan estos problemas especialmente a los hijos. Coopersmith (1996), resalta la importancia de las relaciones interpersonales, indicando que las relaciones con otros que implican las interacciones en términos de comunicación y respecto, influyen en la medida en que el individuo se valora a sí mismo en su relación con el entorno, el menor, identificado con un modelo inadecuado, como puede ser un padre psicótico o una madre alcohólica, quizás se sienta ansioso o inseguro por la creencia de que estos atributos indeseados del modelo son también suyos, es importante indicar que el autor afirma que estos niveles de autoestima pueden ser susceptibles de variación, si se abordan los rasgos afectivos, las conductas anticipatorias y las características motivaciones de los individuos.

SESIÓN # 5 LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN LOS NIÑOS

Objetivo

- Conocer y reflexionar sobre la importancia de la autoestima.

Tiempo: 4 horas

Procedimiento o descripción

Se socializa el tema a tratar en la sesión, luego se proyecta un video educativo en el cual se muestra la importancia y la necesidad de fomentar la autoestima en los hijos. Al concluir la presentación la mayor parte de los participantes expresan diferentes opiniones:

- ❖ “ *Yo pienso que la autoestima es muy importante en cada niño por que enseñarle a respetarse a quererse tal cual es, es depende de cada padre apoyarle en todo momento hacerle sentir que es importante el niño tendrá una buena autoestima, pero a veces los padres no siempre están con los hijos por razones de tiempo y eso hace que se sienta solo o sola*” (turno mañana)
- ❖ “*Yo creo que muy importante que nuestros hijos tengan una autoestima positiva por que depende de ello como va ir desarrollándose en la sociedad, pero a veces los padres no tenemos tiempo de estar más con los hijos, porque tenemos que trabajar para ganar dinero par darles a nuestros hijos*” (turno tarde).

6.5 RESULTADOS Y ANÁLISIS DEL CUARTO OBJETIVO ESPECÍFICO

Para determinar si el Programa de Intervención para desarrollar la autoestima de los niños y niñas, hubiera sido efectivo, se dispuso el Cuarto Objetivo que indica: “*Realizar una evaluación final del nivel de autoestima alcanzado por los niños al concluir el programa*”; para medir el nivel de autoestima se tomó en la modalidad de pos test el test de Coopersmith, a continuación se presentan cuadros comparativos de los resultados obtenidos:

CUADRO N° 8
AUTOESTIMA (VALORACIÓN GENERAL)

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES %		HOMBRES %		TOTAL %	
	Pre-test	Pos-test	pre-test	pos-test	pre-test	pos test
MUY BAJA	3.3	0	0	0	3.3	0
MODERADAMENTE BAJA	27	0	41.7	0	66.8	0
PROMEDIO	14.7	22,5	10	22,5	26.6	45,2
MODERADAMENTE ALTA	0	22,5	3.3	22,5	3.3	45,2
MUY ALTA	0	0	0	10	0	9,6
TOTAL	45	45	55	55	100	100

Fuente Pre y Pos Test

Elaboración Propia

Los datos generales o totales obtenidos en el pre-test de Autoestima de Coopersmith presentan un mayor porcentaje en el *Nivel Moderadamente Baja*; con 66,8%; correspondiente a 27% mujeres y 41.7% varones; luego de aplicar el Programa de Intervención para Desarrollar el Autoestima de los niños, los datos del pos test presentan un aumento en el Nivel de Autoestima en el porcentaje del *Nivel Promedio* a 45.2% y aumenta en el *Nivel de Moderadamente Alta* en 45.2%, correspondiendo 22.5% para varones y mujeres en el Nivel Promedio y en Moderadamente Alta. Asimismo, en el pos test se obtiene 10% en el *Nivel de Autoestima Muy alta*.

La relación que existe entre los dos resultados: pre y pos test, muestra notoriamente la mejoría en cuanto al Nivel de Autoestima que presentan los niños y niñas que asisten al programa de Aula Abierta de Aldeas Infantiles SOS, quienes inicialmente tenían mayormente un *Nivel Moderadamente Baja* de autoestima. La utilización de la pre prueba permite cuantificar el cambio inducido por el tratamiento de intervención psicológica, ya que luego de participar activamente en el Programa destinado a mejorar y desarrollar su autoestima, los datos señalan una mejoría notable, mostrando de manera práctica que es

posible desarrollar la autoestima a través de un programa sistematizado y aplicado a través de métodos activo-participativo.

A continuación se presentan los cuadros comparativos del pre y pos test correspondientes a cada una de las áreas que el test de Coopersmith evalúa.

CUADRO N° 9
ÁREA SÍ MISMO

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES %		HOMBRES %		TOTAL %	
	Pre-test	Pos-test	pre-test	pos-test	pre-test	pos test
MUY BAJA	3,2	0	0	0	3,2	0
MODERADAMENTE BAJA	27.6	0	42.3	0	70	0
PROMEDIO	14.2	19,2	9,5	22,8	23.6	42
MODERADAMENTE ALTA	0	25,8	3,2	32,2	3,2	58
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	45	45	55	55	100	100

Fuente Pre y Pos Test

Elaboración Propia

Los Resultados obtenidos en el pos test resultan importantes, pues se ve que el nivel de autoestima de los niños que participaron de las sesiones del programa de intervención, subieron de 70 % que corresponde al *Nivel Moderadamente Bajo* en el pre-test, a un puntaje de 58 % perteneciente al *Nivel Moderadamente Alto*, en el pos-test. Lo que permite deducir que el auto concepto, respeto y conocimiento de sí mismo en los niños y niñas participantes del Programa de Intervención varió de nivel de manera considerable, de los cuales 32.2% corresponde a los varones y 25.8% a las niñas.

El resto de los participantes se encuentran en un *Nivel de Autoestima Promedio* con el 42% y no se tiene ningún dato en los niveles de autoestima más bajas, como se tenían antes de aplicar el programa de intervención, considerando de esta manera que el trabajo realizado con los niños y niñas fue fructífero en el área del si mismo ya que se reforzaron el

autoconcepto y autoestima que se tienen a sí mismos a través de las dinámicas y temas desarrollados en las sesiones programadas.

Damon y Hart (2005) plantean la hipótesis de que una cierta estabilidad del autoconcepto a lo largo de la vida no es incompatible con el cambio. Aunque no hay acuerdo entre los investigadores respecto del momento en que el niño tiene una conciencia clara de sí mismo, puede decirse que, en las diversas etapas de la infancia, se producen tres grandes manifestaciones: las primeras conductas de autoconocimiento, la importancia de la conciencia de la propia acción en la formación del autoconcepto de sí mismo y la aparición del contexto social a partir del paso de la infancia a la adolescencia. (IBERICA, MANUEL, 2005, pps.98, 302, Editorial, Grafic. Madrid – España, pág.33).

CUADRO N° 10
ÁREA SOCIAL

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES %		HOMBRES %		TOTAL %	
	Pre-test	Pos-test	pre-test	pos-test	pre-test	pos test
MUY BAJA	3,2	0	0	0	3,2	0
MODERADAMENTE BAJA	19,3	0	6,5	0	25,8	0
PROMEDIO	22,5	45	45,3	48,5	67,8	93,5
MODERADAMENTE ALTA	0	0	3,2	6,5	3,2	6,5
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	45	45	55	55	100	100

Fuente Pre y Pos Test

Elaboración Propia

Los resultados más sobresalientes en la toma del pre-test recaen en el *Nivel de Autoestima Promedio* con un puntaje 67.8%; de los cuales 22.5% son niñas y 45% niños. Se puede observar que los datos del pos-test resultaron bastante similares, con una pequeña variación en cuanto a cantidades porcentuales, ya que los mayores porcentajes también se encuentran en el *Nivel de Autoestima Promedio*, pero con un porcentaje más alto, subiendo

de 67,8% a 93.5%; el 45% corresponde a las niñas y 48.5% a los niños participantes del programa. Es importante hacer notar que el *Nivel de Autoestima Moderadamente Alta* subió de 3,2 a 6.5%, en los varones.

Según los datos obtenidos, si bien no muestran niveles de autoestima altos, por lo menos se mantienen en la media, demostrando así que la mayoría de los que asisten a las “aulas abiertas” han logrado desarrollar una autoestima social promedio.

CUADRO N° 11
ÁREA HOGAR

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES %		HOMBRES %		TOTAL %	
	Pre-test	Pos-test	pre-test	pos-test	pre-test	pos test
MUY BAJA	6,5	0	9,6	0	16,1	0
MODERADAMENTE BAJA	12,9	3,2	16,4	3,2	29,3	6,5
PROMEDIO	25,6	38,6	29	45,3	54,6	83,9
MODERADAMENTE ALTA	0	3,2	0	6,5	0	9,6
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	45	45	55	55	100	100

Fuente Pre y Pos Test

Elaboración Propia

En el área hogar se mantuvo el nivel de autoestima en el post-test, pero con mayores porcentajes: subiendo de 54.6% a 83.9%, de los cuales 38,6% corresponde a las niñas y 45.3% de varones. También se puede observar que ya no existe frecuencia en el nivel Muy Baja, que desciende considerablemente en el nivel Moderadamente Baja de 29.3% a 6.5% y que en el Nivel Moderadamente Alta que en un principio ningún niño o niña hubiera puntuado, se encontró un 9.6%, con mayor prevalencia en los varoncitos, encontrando de manera continua una mayor proporción de porcentajes positivos o valoración de sí mismos en los varones.

Es posible considerar que el incremento en la autoestima del área hogar, haya sido fruto del trabajo realizado en las diferentes sesiones con los niños y sus progenitores, quienes pusieron en práctica las estrategias propuestas en beneficio de sus hijos/as.

CUADRO N° 12
ÁREA ESCOLAR

NIVEL DE AUTOESTIMA	MUJERES		HOMBRES		TOTAL	
	Pre-test	Pos-test	pre-test	pos-test	pre-test	pos test
MUY BAJA	0	0	6,8	0	6,8	0
MODERADAMENTE BAJA	29	3,2	22,5	3,2	51,5	6,4
PROMEDIO	12,8	38,6	22,5	45,3	35,3	83,9
MODERADAMENTE ALTA	3,2	3,2	3,2	6,5	6,4	9,7
MUY ALTA	0	0	0	0	0	0
TOTAL	45	45	55	55	100	100

Fuente Pre y Pos Test

Elaboración Propia

Al inicio de la intervención los porcentajes más altos de autoestima en el ámbito escolar estaban en un *Nivel Moderadamente Bajo* con 51.5%, porcentaje compuesto por 29 % mujeres y 22.5% varones; en el *Nivel de Autoestima Promedio* están 22.5% varones; luego de aplicarse el programa y aplicando el pos test los resultados se elevan a un *Nivel de Autoestima Promedio*, llegando al porcentaje de 83.9%; de los cuales 38.6% corresponde a las mujeres y 45.3% a los varones.

El aumento positivo de los porcentajes en el área escolar en relación a su autoestima supone una mejora en el rendimiento escolar, como es de esperarse.

De manera general se observa un incremento significativo en los porcentajes del nivel de autoestima en los niños y niñas que participaron del programa para desarrollar la autoestima, de acuerdo a los resultados obtenidos, al finalizar la misma mediante la toma

del pos test del test de Coopersmith, comprobándose que la Práctica Institucional aplicada obtuvo aceptación.

8.2. RECOMENDACIONES

Se recomienda:

A las Instituciones:

- ❖ Quienes trabajan con la atención y enseñanza de niños y niñas en situación de necesidad y riesgo promuevan la participación activa de los/as mismos/as en el desarrollo de la autoestima, a través de Programas de Intervención, con apoyo de Psicólogos, en consideración de la importancia que tiene en ésta etapa evolutiva, en que los niños necesitan valoraciones positivas en su entorno familiar y social para encarar el futuro con autodeterminación y conseguir su autorrealización.
- ❖ Desarrollar talleres y espacios donde se impartan charlas de orientación y educación en especial para desarrollar una sana autoestima y promover proyectos de vida a mediano y largo plazo, donde a través de experiencias de los participantes sea posible de aplicar en sus vidas, encontrandoun mejor sentido a sus vidas presentes y futuras.
- ❖ A las instituciones que trabajan con temas de género, violencia doméstica, niño/niña y adolescentes, Derechos Humanos y Defensor del Pueblo, para que se lleven a cabo políticas efectivas en defensa de niños, niñas y adolescentes que sufren maltrato físico, psicológico, laboral y sexual, debido a la nefasta repercusión que tiene en la autoestima de los mismos.

A los niños y niñas del Proyecto Aulas Abiertas:

- ❖ Apreciar y valorar la oportunidad que tienen de ser parte de un espacio adecuado y óptimo para su desarrollo cognitivo, social y emocional que brinda el Proyecto a cargo de Aldeas Infantiles SOS.

- ❖ Capacitarse para desarrollar habilidades en cuanto a valores, autoestima y auto respeto.
- ❖ Aplicar en su vida diaria los temas aprendidos, tanto en sus relaciones familiares, como con sus pares y personas encargadas de su educación y cuidado; de manera especial en cuanto a los aspectos de comunicación asertiva, respeto y responsabilidad de sus propios actos, haciendo de su vivencia un disfrute sano y positivo de amor a sí mismos y al prójimo.

A los psicólogos(as):

- ❖ Incursionar en la problemática de lo que implica trabajar con poblaciones llamadas *en riesgo*; capacitarse en técnicas y programas de intervención efectivos y prácticos para coadyuvar en mejorar los aspectos de desarrollo psicológico sano y de prevención.
- ❖ Convertirse en promotores de la salud psicológica, promover conductas de hábitos sanos y positivos dirigidos a la conciencia de lo social y humano.
- ❖ Realizar estudios futuros en relación al aspecto familiar, trabajando con padres/madres de familia y su incidencia negativa de la violencia intrafamiliar y alcoholismo en la autoestima de sus hijos.

A la sociedad:

- ❖ Tomar conciencia del tipo de persona que está generando el contexto socio, político-económico actual: en relación a las familias, las que por necesidad económica y/o disgregación, falta de responsabilidad de los progenitores, etc. se ven obligadas a trabajar fuera del hogar, por lo que tienen que dejar a sus hijos al cuidado de terceros, en desmedro de dar una sólida formación

emocional a los mismos. Además de la pérdida de valores y principios de la sociedad, expresados en inseguridad ciudadana, adicciones y consumismo en la que actualmente se debate un gran porcentaje de la población, especialmente los habitantes del área dispersa de la ciudad de Tarija.

BIBLIOGRAFÍA

- ❖ aldeas infantiles SOS – *Bolivia. primera edición: julio de 2005.*
- ❖ Anyarin Toribio Injante, Autoestima Manual del Triunfador – editorial “*la organización de aldeas infantiles SOS*”, presidente de SOS - Kinderdorf International
- ❖ Fernández, Iber, Apoyo psicológico para el fortalecimiento de la autoestima en niños- Tarija-Bolivia 2008.
- ❖ Golemán Daniel, Educar con Inteligencia Emocional, 1999. Editorial Limpergraf. Barcelona – España.
- ❖ Ibérica, Manuel, Diccionario de Pedagogía y Psicología, 2005, pps.98, 302, Editorial, Grafic. Madrid – España)
- ❖ Wayne W Dyer, En busca del equilibrio. Editorial Litografía Rosés S.A., 2008. Barcelona-España.
- ❖ Lindenfield, G. (1998). *Como desarrollar la autoestima en niños y adolescentes*. Madrid: Ed. Neo Persona.
- ❖ .Zamora Miguel Recetas Anímicas de Autoestima – Primera Edición 2004 – 148, lima-Perú.
- ❖ Bonet.José Vicente, Sé Amigo de ti Mismo, manual de autoestima, Edit. Sol terre, 1994. Bilbao – España.
- ❖ N. Milicic, (1995). *La autoestima en los niños: un programa de desarrollo emocional*. Santiago de Chile: Ed.Domen.

- ❖ Medina Hernández, Janet, desarrollo de la psicología infantil - valencia, julio - diciembre 2003 (Revista de investigación en psicología - facultad de psicología , UNMSM - ISSN: 1560 - 909x - 2006 - PP. 9 – 22)

- ❖ Madrazo CuéllarMaría de Jesús, psicóloga adscrita al departamento de psiquiatría y psicología infantil, <http://www.nncc.org/guidance/sp.estima.ninos.html>

- ❖ *Medina HernándezJanet*”, Revista Ciencias de la Educación 2003, vol. 2 N. 22, Valencia, Julio, Diciembre 2003,<http://servicio.bc.uc.edu.ve/Educación/Revista/a3n22/22-2.pdf>.

- ❖ Valdez, Lic. Lídice,, Estudios Pedagógico, Chile, 2001