



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.

**ESTUDIOS INCORPORADOS A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

NÚMERO Y FECHA DE ACUERDO DE VALIDEZ OFICIAL 8931-25

TESIS PROFESIONAL

**CURSO TALLER: YO ME QUIERO Y ¿TÚ, TE QUIRES?, PARA AUMENTAR LA
AUTOESTIMA EN NIÑOS DE 9 A 12 AÑOS**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

LAURA LOPEZ LEZAMA

ASESOR:

LIC. ANABEL VILLAFAÑA GARCIA

ORIZABA, VER.

2018



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres:

Que gracias a sus consejos y palabras de aliento me han ayudado a crecer como persona y a luchar por lo que quiero, gracias por enseñarme valores que me han llevado a alcanzar una meta Académica. Siempre estaré agradecida por todo el esfuerzo que hicieron para llegar a este día no tendré como agradecerle por tanto apoyo de su parte los quiero.

A mis hermanos:

Gracias por su apoyo incondicional, cariño, amor y por estar en los momentos más importantes de mi vida. Este logro también es de ustedes.

Para mis abuelos:

Fueron un apoyo incondicional para mí, siempre mostrando el ejemplo y compartiendo de su sabiduría, gracias a ustedes soy la persona que soy ahora quisiera poder compartir con ustedes este logro de muchos que vienen adelante.

Un beso desde el cielo.

A mi asesora:

Maestra Anabel gracias por el apoyo, comprensión y confianza que me ha dado en los momentos más difíciles, es una excelente docente, siempre mostrando disposición ante los cuestionamiento que emergían en mí.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	7
CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
1.1 Descripción del problema.....	11
1.2 Formulación del problema.....	12
1.3 Justificación del problema.....	13
1.4 Formulación de hipótesis.....	16
1.4.1 Determinación de variables.....	16
1.4.2 Operacionalización de variables.....	17
1.5 Delimitación de objetivos.....	17
1.5.1 Objetivo general	17
1.5.2 Objetivos específicos	18
1.6 Marco conceptual	18
1.6.1 Concepción de autoestima.....	18
1.6.2 Concepción de infancia intermedia	19

CAPÍTULO II. MARCO CONTEXTUAL DE REFERENCIA

2.1 Antecedentes de la ubicación.....	20
2.2 Ubicación geográfica.....	21

CAPÍTULO III: MARCO TEÓRICO

3.1.1 Definición de Autoestima.....	23
3.1.2 Componentes de la Autoestima.....	27
3.1.3 Medición de Autoconcepto y Autoestima.....	30
3.1.4 Intervención de Autoestima.....	31
3.1.5 Definición de Autovaloración.....	33
3.2. Fundamentos teóricos de la Infancia Intermedia.....	40
3.3 Fundamentos teóricos del Enfoque Cognitivista.....	48
3.3.1Terapia y técnicas Cognitivas- Conductuales.....	52

CAPÍTULO IV. PROPUESTA DE TESIS

4.1 Contextualización de la propuesta.....	59
--	----

4.2 Desarrollo de la propuesta.....	63
-------------------------------------	----

CAPÍTULO V. DISEÑO METODOLÓGICO

5.1 Enfoque de la investigación: Mixta.....	106
5.2 Alcance de la investigación: Descriptiva.....	107
5.3 Diseño de la investigación: No Experimental.....	107
5.4 Tipo de investigación: De Campo.....	108
5.5 Delimitación de la población o universo.....	108
5.6 Selección de la muestra: No probabilístico.....	109
5.7 Instrumento de prueba.....	109
5.7.1 Bitácora	109
5.7.2 Tests de Autoestima Coopersmith versión niños	110
5.7.3 Test de la Familia	111
5.7.4 Tests de Autoimagen	113

CAPÍTULO VI. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.

6.1 Datos generales.....	115
6.2 Análisis Estadísticos.....	119
.	
6.3 Resultados Estadísticos Segunda Aplicación.....	122
6.4 Resultado Cualitativos del Curso-Taller.....	124
Conclusión.....	127
Referencias.....	131
.	
Glosario.....	134
Anexos.....	137

INTRODUCCIÓN

La Autoconfianza en la población estudiantil forma parte del carácter formado por parte de padres, escuela y entorno, al tener una distorsión de la manera en la que se perciben a sí mismos conlleva a afectar y a limitarlos con problemas en su educación. Los niños suelen herir los sentimientos de sus compañeros, ellos no saben cómo expresarlos debido a que no tienen el apoyo necesario para transformarlos por lo que los objetivos propuestos para aceptarse son: establecer relación entre las dimensiones del Autoconcepto (académico, amistad, atractivo, romántico, conducta, físico, deporte y social) en conjunto con la autoestima consideradas indicadores de su rendimiento académico en estudiantes que atraviesan por un serie de cambios respecto a la infancia intermedia.

El autoconcepto es una estructura cognoscitiva, es el primer paso a formar el cual tiene un papel central en la conducta humana de acuerdo a las percepciones que tenemos respecto de nosotros mismos. En psicología el autoconcepto es el compuesto de ideas, sentimientos y actitudes que la gente tiene sobre sí misma, las percepciones que tenemos de nosotros mismos cambian de una situación a otra los niños suelen ser muy cambiantes debido a etapas que van pasando a lo largo de su vida.

La comprensión que los niños tiene de sí mismos empieza por ser concreta para luego hacerse más abstracta, las opiniones que al principio tienen de ellos y de sus amigos se basan en conductas y apariencias inmediatas, ellos asumen que los demás tiene los mismos sentimientos y percepciones, el pensamiento sobre sí y de los demás es simple, segmentado y restringido a reglas con el tiempo los niños serán capaces de pensar de manera más abstracta sobre los procesos internos (creencias, intenciones, valores, motivaciones), lo que permitirá el conocimiento que tienen de su persona, de los demás y de las situaciones que a diario viven.

La autoestima es una reacción afectiva una evaluación al valor que cada uno de nosotros asigna a sus propias características, capacidades y comportamientos, la escuela es el lugar en que los niños adquieren diversas competencias que llegan a definir habilidades y amistades con compañeros, es un periodo de desarrollo formativo para el infante.

Por lo que la construcción de la autoestima, la competencia interpersonal y la solución de problemas sociales se vuelven importantes para el éxito en el aprendizaje académico. A lo largo de la presente investigación se plantearan los diversos conceptos para la construcción de la autoestima.

En el Capítulo I se describe el planteamiento, descripción, y formulación del problema, justificación de este, la hipótesis de la investigación, determinación de las variables, los objetivos de la investigación, el marco conceptual el cual incluye el concepto de Autovaloración, Autoestima y de infancia intermedia.

En el Capítulo II se describe el marco contextual, antecedentes y la ubicación geográfica del lugar de investigación.

En el Capítulo III se describe el marco teórico, con la definición de Autovaloración, definición de Autoestima, medición de Autoconcepto y Autoestima, fundamentos teóricos de la infancia intermedia, definición de aprendizaje, elementos del aprendizaje, teoría cognoscitiva del aprendizaje para su uso en clase, definición de atención, tipos de atención, tipos de atención, modelos y teorías de la atención, alteraciones de la atención así como el enfoque cognitivista.

En el Capítulo IV se describe la propuesta de tesis, el desarrollo de la propuesta, el nombre de la propuesta, el objetivo de la propuesta, la justificación de la propuesta, la población a la que va dirigida, la duración de la propuesta, área de la psicología y desarrollo de la propuesta.

En el Capítulo V se describe la metodología de la investigación, enfoque de la investigación, alcance de la investigación, delimitación de la población, así como la selección de muestra e instrumento.

En el Capítulo VI se describen los resultados de la investigación, las características del instrumento y los datos estadísticos de la aplicación del curso- taller.

Como punto final se encuentra la conclusión de la investigación y un glosario, así como la bibliográfica en la cual se recaudó la información para la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

1.1 Descripción del problema

En la época actual el fracaso escolar está ligado a múltiples factores sociales, económicos y psicológicos este último nos lleva a adentrarnos a problemas familiares que llegan a presenciar los niños con la cual se ve afectada su autoestima por lo tanto su atención no es la adecuada provocando problemas en su aprendizaje.

En el caso más específico a nivel primaria los niños pasan por etapas que los ayudan a madurar a nivel intelectual, con forme a su desarrollo los niños comienzan a tener pensamientos que van formando su identidad, es importante impulsar su desarrollo para prepararlos a los caminos que más adelante deben enfrentar, si no hay un buen desarrollo en los primeros años del niño tendrá muchas dificultades formar su autoestima.

Si bien no todos los niños presentan problemas de autoestima es importante hacer hincapié en la manera que adaptan actitudes de otras personas en ellos mismos, debido que son muy susceptibles a copiar comportamientos de personas de su mismo contexto o ajenas que si bien pueden servir de ejemplo para ellos pueden llegar a ser perjudiciales, existen infinidad de problema que

pueden presentar, sin embargo existe el apoyo psicológico que se pueden brindar a los pequeños por medio de talleres que los ayude a aceptarse a sí mismos para así hacerle frente a los problemas, alentando a aceptar sus responsabilidades por sus reacciones a los acontecimientos, destacando sus valores y como punto importante valorar y aceptarse a ellos mismos y otras personas.

Mostrando que los niños no deben tener miedo de expresar ideas y emociones de igual manera recordándoles que un autoconcepto positivo se deriva del éxito con el mundo y con la gente importante de su entorno.

Desde hace tiempo atrás han existido diversas investigaciones que han demostrado que un buen desarrollo del niño en la infancia intermedia llevará a este a poder afrontar con mayor seguridad y confianza cualquier problemática sabiendo resolverlos de la mejor manera.

1.2 Formulación del problema

¿El Curso taller “Yo me quiero, y ¿Tú, te quieres?” Aumentar la autoestima en niños entre 9 a 12 años que asisten a la escuela primaria Josefa Ortiz de Domínguez?

1.3 Justificación del problema

En un estudio realizado por la UNAM con la muestra de 1679 niños encontraron que la autoestima está relacionada con la dificultad en las relaciones interpersonales por otro lado llevaron a cabo una investigación con la muestra de 615 adolescentes para buscar la relación entre Autoestima, depresión, ansiedad y asertividad indicando que la Autoestima predice altos grados de ansiedad, así como de depresión en adolescentes es por lo cual es un constructo que ha sido de sumo interés en diversas disciplinas como psicología, salud y educación.(Graue, 2007).

Los niños que asisten a la escuela mantienen relaciones interpersonales a diario por lo que al no tener adecuada autoestima su rendimiento académico es una de los factores más preocupantes en los procesos de aprendizaje, razón por la cual se encuentran con facilidad investigaciones que abordan este constructo y que tienen como fin identificar relaciones que permitan establecer algunas de las causas de dicho rendimiento, es de suma importancia conocer las características que presentan los niños para no ser lo suficientemente seguros de sí mismo, estudios han comprobado que la confianza de los niños puede verse incrementada cuando consiguen la aprobación de adultos que son importante para ellos, buscan la aceptación de otras personas para sentirse confiados, dentro de este mismo tema podemos hacer referencia que los niños para formar su autoestima hacen valer mucho el talento académico que tengan,

la aceptación de sus mismos compañeros, la conducta que muestran en el salón y la apariencia física, en esta etapa los niños son vulnerables a burlas constantes de sus mismos compañeros que lejos de ayudarles afectan profundamente la confianza que tienen de su persona.

El enfoque de la autoestima expone conceptos académicos, amistad, conductual, deportivo, físico y social que son cruciales para un buen desarrollo en la etapa a la que están pasando, la actitud que muestren en la escuela refleja gran parte de la educación que recibe en casa y por otra parte de las personas con las que convive el niño marcarán notablemente la interacción que establezca con las relaciones nuevas que vayan teniendo a lo largo de su vida.

La autoestima es un constructo teórico lleno de investigación que los humanos tienen una inferioridad innata resultante de su experiencia infantil de desamparo total, y que el resto de sus vidas están motivadas en gran medida por los esfuerzos por superar su sentido básico de inadecuación.

Desde estas percepciones e internalizaciones forman actitudes propias que acarrearán el resto de su vida las condiciones facilitadoras de empatía, aceptación incondicional, honestidad en la relación expresadas por medio de la conducta de otros anima a la persona a valorarse así mismo.

Nuestra autoestima se construye sobre la actitud de que otros nos valoran y esta actitud es más probable que surja cuando recibimos condiciones que faciliten la relación.

Para Brander (en: Catañeda, 2001) expresa que la autoestima es una disposición aprendida que se genera a través de nuestra historia personal y revela la calidad de experiencias que nos ocurren de manera frecuente durante periodos prolongados de vida.

Por todo lo anterior mencionado la autoestima es crucial para el buen desarrollo personal de cualquier persona la noción que tenga de sí misma ayudara a entender que cada persona es única e irrepetibles, todos tenemos diferentes habilidades que nos permiten salir adelante y si en algún momento el fracaso pasa por su mente brindar una mejor percepción de sus errores.

Los niños son los más propenso y expuestos a pasar por muchas situaciones que de acuerdo a sus vivencias las experimentaran de diferente manera, los padres pueden descuidar la calidad con la que cuidan a sus hijos por lo que ellos optan por seguir modelos de personas ajenas que no siempre son buenas para ellas, para esto para la investigación de autoestima establece estrategias que pueden implementar para que a pasar de las situaciones malas que lleguen a pasar puedan mostrar una actitud positiva. La autoestima se

práctica desde casa con el apoyo de padres, escuela y el círculo social donde el niño relacione.

1.4 Formulación de hipótesis

El Curso taller “Yo me quiero y ¿Tú, te quieres?” para aumentar la autoestima en niños entre 9 a 12 años que asisten a la escuela primaria “Josefa Ortiz de Domínguez” del municipio Camerino Z. Mendoza, Ver.

1.4.1 Determinación de variables

Variable independiente: Curso taller “Yo me quiero y ¿Tú, te quieres?”

Variable dependiente: Autoestima

1.4.2 Operacionalización de variables

Variable	Teórica	Operacionalmente
Autoestima Dependiente	Reacción afectiva indicado por el valor que cada uno de las personas asigna a sus propias características, capacidades y comportamientos (Papalia, 2001)	Lo que respondan en la Escala de Autoestima de Coopersmith con 58 reactivos, con un formato de respuesta dicotómicas
Curso taller Independiente	Es la forma de impartir un curso haciendo aplicaciones prácticas de la teoría respectiva, con las características de que todos los alumnos participen activamente durante el desarrollo del mismo.	Se tendrán 11 sesiones con una duración de 90 minutos en cada una.

1.5 Delimitación de objetivos

1.5.1 Objetivo general

Aumentar la autoestima para niños de edad intermedia entre 9 a 12 años de la escuela Josefa Ortiz De Domínguez mediante el curso taller “Yo me quiero y ¿Tú, te quieres?” Del municipio de Camerino Z. Mendoza.

1.5.2 Objetivos específicos

- ✓ Identificar un instrumento que permita identificar características psicométricas necesarias para la medición de la Autoestima.
- ✓ Elaborar y aplicar el curso taller “Yo me quiero, y ¿Tú, te quieres?” para el fomento de la Autoestima al alumno.
- ✓ Destacar fortalezas mediante el curso taller “Yo me quiero, y ¿Tú, te quieres?” en los niños para que darles la confianza y puedan abrir sus emociones.

1.6 Marco conceptual

1.6.1 La concepción de Autoestima

Reacción afectiva indicada por el valor que cada uno de las personas asigna a sus propias características, capacidades y comportamientos. (Woolfolk,1999).

1.6.2 La concepción de infancia Intermedia

El aumento de peso, la estatura reducen considerablemente mientras que sus capacidades motrices durante la niñez intermedia continúan avanzando abarcando de los 6 a los 12 años. Los niños son cada vez más fuertes, rápidos y más coordinados no miden los riesgos que pueden tener aumentado lesiones (Papalia, Wendkos y Duskin, 2003).

La manera en que un niños crece es obvia comienza a poder clasificar las cosas en categorías, trabajan con números, son capaces de ponerse en el lugar de otros el cual es de suma importancia para realizar juicios morales (Papali, Wendkos, 1988).

CAPÍTULO II

MARCO CONTEXTUAL DE REFERENCIA

2.1 Antecedentes de la ubicación.

La escuela primaria “Josefa Ortiz de Domínguez” actualmente tiene como director al licenciado Roberto Sánchez Rey con el apoyo de la licenciada Laura Vásquez Hernández con el puesto de subdirectora de la misma.

El maestro comenta que tiene aproximadamente un total de 347 alumnos y 18 docentes actualmente el plantel no cuenta con ningún programa, las mejoras que se le dan a la institución son con lo que se recauda al inicio del ciclo escolar con aportaciones voluntarias por parte de los padres de familia y diferentes actividades que se realizan para recaudar fondos.

Al mencionar los antecedentes de la escuela el director comenta que la institución se fundó hace 60 años ya que fue inaugurada el 2 de febrero de 1950 por el entonces líder sindical obrero Eucario León López, el plantel consta de un población estudiantil que en su mayoría son hijos de comerciantes y en años anteriores a obreros ya que en su fundación la fábrica textil CIVSA era la fuente

de trabajo en la localidad, albergaba cientos de alumnos, hijos de obreros. Inició como escuela donde se dividían a los niños de las niñas y con el tiempo se convirtió en mixto. Alberga un turno nocturno y actualmente se integra la UPAV a sus instalaciones, así como cuentan un el servicio de USAER y manualidades.

2.2 Ubicación geográfica

La localidad de Ciudad Mendoza es una Ciudad del estado mexicano de Veracruz de Ignacio de la Llave, está localizada en la región central y montañosa del estado, forma parte de una gran conurbación formada con las poblaciones de Nogales, Río Blanco y Orizaba. Y está situada a 1,320 metros de altitud. El conteo de población y vivienda de 2010 realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, Ciudad Mendoza tiene un población de 35,641 habitantes. La mayor parte de la población profesa la religión católica.



Figura1. Ubicación geográfica de la localidad "Ciudad Mendoza"



Figura 2. Ubicación geográfica vía satélite de la localidad "Ciudad Mendoza"



Figura 3. Fachada de la escuela primaria “Josefa Ortiz de Domínguez”

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3.1.1 Definición Autoestima

La autoestima es un concepto de salud mental que conforman como parte central para entender la personalidad, muchas conductas humanas están motivadas por mecanismos que hacen que las personas tengan un criterio de autoestima en ellas. Para tener una idea clara de este concepto se harán mención de definiciones.

“La autoestima es la disposición a considerarse competente para hacerle frente a los desafíos de la vida y a sentirse merecedor de la felicidad, reconociendo el respeto básico que uno se debe a sí mismo.” (Castañeda, 2001).

En la definición anterior expresa la valoración que hacemos de nosotros mismos y la forma en cómo nos sentimos a partir de nuestra propia imagen y opinión, es una disposición aprendida que se genera a través de nuestra historia personal y revela la calidad de las experiencias que nos ocurren de manera más frecuente durante periodos prolongados de tiempo.

La autoestima para Papalia (2001) reacción afectiva indicando por el valor que cada una de las personas asignas a sus propias características, capacidades y comportamientos se manifiesta como uno de los básicos que una persona necesita para ser feliz, se toman en cuenta características como aprecio, aceptación, atención, autoconciencia y bienestar”.

Mientras que para Pick (1998) la autoestima incluye la valoración según sus cualidades que provienen de la experiencia y que son consideradas como negativas o positivas, así como tener confianza y respeto por uno mismo.

Así el concepto de autoestima se presenta como la conclusión final de un proceso de autovaloración y es la satisfacción personal del individuo consigo mismo.

En la medida que la autoestima sea sólida, se puede enfrentar de manera más eficiente a los diferentes problemas que se presentan en la vida. La confianza en los niños se puede ver incrementada cuando consiguen la aprobación de un adulto que sea para él importante en su vida, las categorías que suelen asociarse con la autoestima son el talento académico, la aceptación por parte de compañeros, la conducta y la apariencia física.

El concepto de uno mismo está en la base de la autoestima para García (2006). Ésta es la suma de juicios que una persona tiene de sí misma. Es la dimensión afectiva de la imagen personal que se relaciona con datos objetivos, con experiencias vitales y con expectativas.

La autoestima entonces será el grado de satisfacción consigo mismo, la valorización de uno mismo por lo que se irá formando gradualmente a través del tiempo y de las experiencias vividas de la persona por lo que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por uno mismo.

Desarrollar la autoestima es desarrollar la convicción de que uno es competente para vivir y merecer felicidad, y por tanto enfrentar la vida con mayor confianza y optimismo, lo cual nos ayuda a alcanzar nuestras metas, desarrollarla amplia nuestras capacidad de ser felices.

Lo que nosotros pensamos de nosotros mismo, no es algo que vayamos heredando como puede ser el color de ojos o de nuestra piel, sino que es algo que nosotros lo hemos aprendido de nuestro entorno. Aquella persona que sea continuamente alabada por los demás, se sentirá valorizada, lo asimilará y lo interiorizará, por lo que luego tendrá confianza en sí misma; luchará continuamente con mucha ilusión, con un sentimiento de que le saldrá bien y

cuanto más alta sea su autoestima, más creativa será, más ganas de luchar tendrá, al igual que habrá en ella más posibilidades de entablar relaciones enriquecedoras y no destructivas.

La autoestima es definida como la percepción personal que tiene un individuo de su situación de vida, en el marco del contexto cultural y valores en que vive para Ferrel (2014).

Aspectos como el contexto cultural, expectativas, valores, actitudes y habilidades de la persona construyen la base de la identidad personal, la cual se construye desde la infancia y depende de la forma de relación con las personas significativas, principalmente de los padres.

De manera global la autoestima es la evaluación que hace un individuo de sí mismo y que tiende a mantenerse, expresa una actitud de aprobación o rechazo y hasta qué punto el sujeto se considera capaz, significativo, exitoso y valioso. Es el juicio personal de la valía que es expresada en las actitudes que tiene un individuo para sí mismo.

3.1.2 Componente de la Autoestima

De acuerdo con Gastón de Mézerville (en: Pereira, 2007) existen una serie de seis aspectos que componen la autoestima, a partir de esta concepción, presenta un modelo propio al que denomino proceso de la autoestima. En este considera a la autoestima según dos dimensiones complementarias, una actitud inferida integrada por tres componentes: la autoimagen, la autovaloración y la autoconfianza; y una dimensión conductual observable conformada por otros tres componentes: el autocontrol, la autoafirmación y la autorrealización.

Autoimagen

Consiste en la capacidad de verse a sí mismo o a sí misma como la persona que realmente es, con sus virtudes y defectos. La persona que tiene una autoestima saludable trata de estar consiente incluso de sus errores.

Autovaloración

Consiste en que la persona se considere importante para sí misma y para las demás, la autovaloración se relaciona con otros aspectos como la autoaceptación y el autorespeto y significa que percibe con agrado la imagen que la persona tiene de sí.

Autoconfianza

Se caracteriza porque la persona cree que puede realizar bien distintas cosas y sentirse segura de hacerlas, esta percepción interna favorece una buena autoestima, sentirse cómodo o cómoda en la relación con otras personas y manifestarse con espontaneidad.

Autocontrol

Consiste en manejarse adecuadamente en la dimensión personal, cuidándose, sumándose y organizándose bien en su vida. Significa la capacidad de ordenarse apropiadamente y ejerce un dominio propio que fomente tanto el bienestar personal como el del grupo al que pertenece.

Autoafirmación

Se define como la libertad de ser uno mismo o una misma y poder tomar decisiones para conducirse con autonomía y madurez. Se caracteriza por la capacidad que tiene la persona de manifestarse abiertamente cuando expresa sus pensamientos, deseos o habilidades, además incluye otras capacidades tales como la autodirección y la asertividad personal.

Autorrealización

Consiste en el desarrollo y la expresión adecuada de las capacidades, de modo que la persona pueda vivir una vida satisfactoria y de provecho para sí misma y para otras personas. Implica la búsqueda del cumplimiento de las metas que conforman el proyecto vital de su existencia.

Las personas que gozan de una buena autoestima, tiende a manifestar dos características de la verdadera autorrealización, por una otra parte, que sus metas sean significativas y por otra que le permitan proyectarse personalmente, generando beneficio para sí y para otras personas obteniendo satisfacción de ello.

Contrario a la situación anterior, las personas con baja autoestima generalmente se lamentan de su falta de realización personal y asocian esta queja con una sensación de estancamiento.

Las metas por alcanzar en el aspecto de la autorrealización exigen que la persona se proyecte mediante distintas áreas de interés, aptitud o compromiso que le resulten significativas. Para lograr este propósito es necesario que descubra lo que le otorga verdadero sentido a su vida, que desarrolle sus capacidades y se plantee metas que promuevan la realización personal de su existencia.

3.1.3 Medición de Autoconcepto y Autoestima

Como forma de medir el Autoestima y Autoconcepto en los niños se encontraron diferentes escalas que median de manera independiente estos dos temas entre los cuales se mencionaran algunos: Cuestionario de autoconcepto, Escala de autoconcepto actual, autoconcepto ideal y autoconcepto que debe ser para niños, Escala de autoconcepto de Piers-Harris, etc. (Calleja, 2011)

Dentro de los cuales el cuestionario que más de adecuó a evaluar el autoconcepto fue el test de Coopersmith en cual mide factores como la aceptación, preocupación, respeto recibidos por las personas, éxitos en ellos, interpretación que las personas hacen de sus experiencias y valores que tienen de ellos mismos.

Es una escala completa que permite conocer de manera más profunda la forma en cómo se perciben a ellos mismos y cómo influye en la atención dentro del aula y de forma trascendente en su aprendizaje. Los niños son muy vulnerables y susceptibles en la imagen que las personas ven en ellos y su personalidad y comportamiento cambian drásticamente.

3.1.4 Intervención de autoestima

Está basada en la concepción del ser humano en las creencias de las potencialidades y en la esencia bondadosa humana sin detenerse por críticas que ha recibido, es importante resaltar que si bien la psicología Humanista confía en la bondad y libertad, esto no implica que ignore la disfunción y las patologías mentales si no que contempla y trabaja con ellas, pero bajo la creencia de que en todos los seres humanos existe un potencial para el desarrollo.

Se puede considerar a los estudiantes no solo como entidades cognitivas que es en lo que se basa el trabajo de investigación, sino como personas con afectos, emociones, sensaciones, sentimientos, retomando en un todo la personalidad total del alumno, una personalidad que desarrolla el ser desde que nace y que en edad escolar se ve fuertemente influida por el ambiente educativo. (Chavarría, 2006)

Por lo que la terapia Cognitivo Conductual se refiere a las terapias que incorporan dentro de la práctica técnicas conductuales y cognitivas, ambas se basan en la afirmación de que el aprendizaje está repercutiendo en la conducta produciendo cambios desadaptativos. Este enfoque tiene como objetivo reducir el malestar desaprendiendo lo aprendido o aprendiendo nuevas experiencias de aprendizaje más adaptativas.

El modelo cognitivo sostiene que los seres humanos ante un estímulo no responden de manera automática, sino que primero analiza, interpreta, discrimina, evalúa y le asigna un significado a la situación que acaba de ocurrir y termina respondiendo regidos por los esquemas cognitivos previamente concebidos.

Lo más importante es que el niño tenga la seguridad y el apoyo necesario para confiar y creer en su propia capacidad. La construcción de una autoestima elevada se da como resultado del apoyo social de otros significativos y una baja discrepancia entre las capacidades que el niño cree tener de su desempeño real, lo que le ayudará a construir expectativas de autoeficacia positivas. Estos aspectos deben considerarse seriamente en la planeación de estrategias didácticas para apoyar la construcción de un autoconcepto positivo del niño y de manera conjunta sus aprendizajes. (Loperanza,2008)

3.1.5 Definición de autovaloración

La auto-aceptación es un término que se centraliza en que los seres humanos son multifacéticos para ser evaluados como una totalidad cada persona tiene su propio estilo de personalidad aunque por muy extraño que pueda parecer un medio para estudiar la conducta de uno mismo es observar la de los demás, cada persona está predispuesta a evaluarse a sí misma he aquí que el problema radica en la manera en la cual lo hacen.

“La auto-aceptación es el proceso el cual enfoca su atención a los rasgos, habilidades o realizaciones propios, tanto de forma individual como de pequeños grupos.” (Grieger, 1982)

Consiste en resaltar todas aquellas virtudes que tiene una persona de sí misma que le permita enfrentar las situaciones de la vida cotidiana y pueda mantener equilibrio en sus emociones que demuestra con los demás.

Por otro lado podemos encontrar que la “ Autovaloración identifica como rasgos fundamentales aspecto físico, la inteligencia, las aptitudes y los rasgos de carácter que contribuyen para formar la personalidad de la persona ” (Sferra, 2004).

Al autoevaluarnos la persona adquirirá mayor visión de los aspectos de su propia personalidad que necesite particularmente atención así se dará cuenta de que muchas de sus normas de conductas y cualidades personales son aceptables y están suficientemente desarrolladas con esta ganará confianza al saber que posee ciertas bases que suponen fuerza que solo necesita mantener.

¿Cómo puedo conocerme a mí mismo? Es una pregunta que podríamos hacernos a nosotros mismos para analizar la manera de conocernos más a profundidad, comenzaremos por proponer las siguientes tendencias.

La aprobación social tomar como punto de partida en que las conductas y motivaciones que hacemos en la vida cotidiana necesariamente necesita la aprobación de nuestro prójimo, sentir que lo que hacemos es bien visto por los demás mantener la idea de encasillar en algún círculo social nos obliga a seguir leyes escritas y verbales por la sociedad.

Todo el mundo necesita del aprecio, atención y el reconocimiento de todos los demás por sus logros, así como su forma de vestir y actuar, su autoestima crece con la consideración de que la sociedad muestra en uno, no obstante recíprocamente se debe dar afecto, respeto a las personas y ser un buen amigo o compañero.

El ser humano es un ser social que interactúa con otros, perciben su conducta y emiten juicios acerca de él, en realidad lo definen al atribuirle varias identidades, sin olvidar que el ambiente y las capacidades con las que cuenta el individuo lo obligan a adoptar diversos papeles y a elegir identidades que se ajuste a estos.

En el caso de los niños su conducta es adquirida por su ambiente familiar y escolar debido que es donde pasan la mayor parte del tiempo, su identidad se deja al descubierto cuando dejan expresar sus emociones, requieren sentir confianza por parte de las personas para mostrar su verdadero ser.

La tendencia de aprobación social es un poderoso regulador de conducta, también tiene considerable influencia en sus aficiones, en la elección de su vocación y en su forma de vivir (Sferra,2004).

El autoconcepto son imágenes que tenemos las personas sobre nosotros mismos, se componen de las creencias que poseemos sobre nuestras características físicas, psicológicas, sociales y emocionales, así como nuestras aspiraciones y realizaciones, existen diferentes tendencias las cuales son necesarias mencionar debido a que se consideran para satisfacer deseos de seguridad y al mismo tiempo ganar el respeto de compañeros, amigos y

familiares a continuación se harán mención para conseguir el conocimiento de uno mismo.

- I. La seguridad física se proyecta directamente en la apariencia física de la persona si se siente bien consigo misma no tendrá problemas para relacionarse y mostrarse participativa sin embargo muchas personas no sienten la necesidad de sentir intensa seguridad física para desarrollarse de buena manera.
- II. La seguridad económica está relacionado con el tipo de trabajo que se elija es una tendencia tan arraigada en el ser humano la preocupación por la seguridad económica a veces aparece a temprana edad cuando llega el momento de crear su propio grupo familiar y asume la responsabilidad de ser un adulto.
- III. Por otra parte la seguridad en la situación social se manifiesta cuando la sensación de comodidad y confianza en reuniones con gente de distintas edades y aficiones, la amplitud de sus conocimientos le servirá de apoyo proporcionándole seguridad.
- IV. Por último y no menos importante encontramos a la seguridad emocional esta se construye de acuerdo al cariño y aceptación familiar recibido en los años de la infancia, la sensación de ser deseado y amado, y la capacidad de dar afecto y amor a cambio representan la seguridad emocional.

Como forma global de la concepción de autoaceptación está en el concepto que uno tenga de sí mismo, en el transcurso del desarrollo aprendemos a conocer cosas que harán sentir aceptación es una actitud hacia el yo, es el resultado de la integración de sus experiencias aprendidas.

Por otro lado “Mossman y Ziller sostienen que la autoestimación es el comportamiento del sistema del yo de un individuo más estrechamente asociado con sus consistencia de autorespuesta” (En: Horrocks 2001).

La aceptación a sí mismo y la aceptación social están combinadas, las personas con autoestimación baja a menudo experimentan dificultades para reconocer acercamientos afectuosos o de aceptación incluso cuando se les ofrece, por lo cual una persona convencida de su propia falta de mérito espera la convalidación social de su propia visión adversa a sí misma y tiende a interpretar la conducta de otros de acuerdo con sus propias expectativas.

Por otro lado para “Brissett la autoestimación comprende de dos procesos, la autovaloración que representa un sentido para sí mismo, se relaciona con el sentido de seguridad y mérito personal que uno tiene como persona y la autoevaluación como un proceso de realizar un juicio consciente de la importancia o significancia del yo” (En: Horrocks 2001).

La definición del autor mencionado propone que la autovaloración parece estar menos vinculada a la situación, mientras que la autoevaluación como se dirige al desempeño de un papel en una situación dada puede variar de una situación a otra.

Para Newman(1989) entre los 5 y 7 años de edad los niños comienza a distinguir entre categorías deseables y no deseables de actuación, necesita sentirse aceptado, está abierto a las indicaciones sociales que marcan que es lo que otros esperan del niño ideal.

En el caso de los adolescentes el autoconcepto sigue diferentes dimensiones que agrupan la opinión que uno tiene de su persona, es un conjunto de ideas y sentimientos que interactúan entre sí durante la etapa, la apariencia físicas se refieren a la imagen corporal del individuo cambia constantemente y está definida por la satisfacción de su cuerpo, dentro de su círculo de amistad les permite la capacidad de compartir con otras personas pensamientos, sentimientos y objetos mientras más cercanas son sus amistades más podrán mostrar seguridad, la conducta está regida por las acciones correctas o incorrectas que el sujeto lleva a cabo contribuyen a su desenvolvimiento personal, los adolescentes durante su etapa escolar muestran mayor interés por habilidades deportivas que la práctica y aptitudes ayudan a socializar con mayor

facilidad, con esto el número de amigos y la aceptación de los demás forman parte importante de ellos.

En los años de iniciación escolar los son particularmente vulnerables a los desequilibrios en el sentimiento de la propia valoración, a la disminución de esta los niños pueden preguntarse sobre su propia identidad y sentirse sin valor, inquietos, aburridos o deprimidos.

El autoconcepto podría ser clave de modular parte de su aprendizaje es un conjunto dinámico motivador de éxitos o fracasos, de acuerdo a sus relaciones interpersonales en el aula y expectativas para los niños el éxito escolar supone satisfacción para padres y maestros mientras que el fracaso podría ocasionar sentimientos de incompetencia, insatisfacción, ansiedad y hasta sentirse rechazado.

Es importante saber detectar a tiempo problemas en ellos para que en un futuro puedan ser personas seguras y mantener relaciones estables la familia y escuela juegan un rol importante para la formación personal el autoconcepto posibilita el proceso de interacción del niño con su mundo físico y social, así como de la reflexión de uno mismo y evaluación de sus propias funciones.

3.2 Fundamentos teóricos de la Infancia Intermedia

La atención significa dejar ciertas cosas para tratar efectivamente otras, así en las aulas podemos observar diariamente como ciertos alumnos no mantienen una atención mínima sino que paralelamente actúan de forma disruptiva durante el desarrollo de las sesiones.

En conjunto con la memoria, motivación y la comunicación es la atención una de las bases fundamentales del aprendizaje así como en el propio rendimiento académico de los alumnos. La falta de atención de un niño suele presentarse como causa o de forma asociada por déficits o carencias de percepción visual, auditiva, psicomotor, neurológico y afectivo en caso que se detecte alguno problema se debe tratar lo más pronto posible para que no interfiera en su rendimiento escolar.

Algunas pautas que pueden ser útiles a la hora de trabajar la atención son:

- ✓ Claridad: debemos realizar una correcta explicación de las tareas o actividades que vamos a realizar. El niño debe tener muy claro la actividad que tiene que realizar.
- ✓ Leguaje concreto: preciso y con pocas palabras cuando lo expliquemos al niño. Mucho lenguaje puede ser "ruido" o provocar su distracción.

- ✓ Trabajo estructurado y dividido en pequeños objetos, que se van a ir consiguiendo poco a poco,
- ✓ Constancia: debemos de ser constantes en nuestro trabajo y emplear una metodología adecuada y sintetizada.
- ✓ Aprovechar sus intereses: conocer sus preferencias para favorecer la concentración y la atención.
- ✓ Motivación: presentar las actividades de forma lúdica y divertida como un juego, haciendo estas actividades deseables. En ocasiones podemos jugar con ellos para que se motiven aún más, sin perder el objetivo que queremos conseguir con nuestra actividad.
- ✓ Entorno de trabajo libre de estímulos: posibilidad el trabajo en un lugar adecuado donde el niño puede concentrarse. (habitación libre de cuantos más estímulos mejor, para que no se distraiga mucho).

Entre otras formas de impulsar la atención debe existir una variedad en las actividades para no generar la fatiga y el aburrimiento con un tiempo no muy prolongado entre cada una de ellas y con el tiempo se puede ir aumentando, una parte fundamental es practicarlo en casa y ayudar al niño cuando sea necesario para aclarar sus dudas con frases de motivación no se le deben señalar los errores sino más bien facilitar que el niño realice otra vez el proceso, el fin es que sea él mismo quien pueda razonar sus errores y por lo tanto encontrar la forma de no repetirlos, mantener en todo momento una actitud positiva y motivadora mediante fichas de recompensa, premios, etc.

Para así desarrollar su autoconfianza y autoestima, creando un clima de confianza y cariño.

Los seres humanos tendemos a la búsqueda de equilibrio que se basa en la integración de las nuevas experiencias en nuestros esquemas (nuestra forma de relacionarnos con las ideas y el entorno). Cuando estas nuevas experiencias encajan con nuestros esquemas, se mantienen el equilibrio pero si chocan producen un desequilibrio que inicialmente produce confusión.

En cuanto al aprendizaje utilizamos la organización que se basa en la forma de dar sentido y simplificar en categorías nuestros conocimientos del mundo y las adaptamos de acuerdo con ideas previas y las adaptamos las nuevas. El conocimiento en el niño sucede a lo largo de una serie de etapas que desde que nacen se van formando de acuerdo a su ambiente.

Con base a esto la teoría de Piaget nos muestra 4 estadios los cuales muestran el proceso intelectual que tienen los niños dentro de su desarrollo de aprendizaje y adaptación.

- Estadio sensorio motor (0-2 años): la inteligencia es práctica y se relaciona con la resolución de problemas a nivel de la acción.
- Estadio preoperatorio (2.7 años): la inteligencia ya es simbólica, pero sus operaciones aún carecen de estructura lógica.

- Estadio operaciones concretas (7-12 años): el pensamiento infantil es ya un pensamiento lógico, a condición de que se aplique a situaciones de experimentación y manipulación concretas.
- Estadio de las operaciones formales (a partir de la adolescencia): aparece la lógica formal y la capacidad para trascender la realidad manejando y verificando hipótesis de manera exhausta y sistemática.

Tomaremos como punto de referencia el estadio preoperatorio y el estadio de las operaciones concretas la primer etapa es por la cual es niño está formando sus ideas y construyendo su manera de ver las cosa, adquiere la capacidad para manejar el mundo de manera simbólica o mediante representaciones así como puede pensar en hechos o personas ausentes. Su pensamiento ya está más formado y estructurado de esta manera podrá resolver problemas y aplicarlas cada vez que le sean necesarios.

En esta etapa llega el egocentrismo es la tendencia a “percibir, entender e interpretar el mundo a parir del yo”, se manifiesta sobre todo en las conversaciones, son incapaces de adoptar la perspectiva de otro. A la edad de 4 a 5 años comienzan a mostrar capacidad para ajustar su comunicación a la perspectiva de los oyentes (padres).

Dentro de etapa se hacen presentes limitaciones del pensamiento, esto quiere decir, tienden a fijar la atención en un solo aspecto del estímulo ignorando el resto de las características.

Un ejemplo común es cuando a un niño de 4 años se le muestran 2 vasos iguales con una misma cantidad de agua, se toma uno de ellos y se vacía uno de ellos en otro vaso más alto delgado. Cuando le preguntamos ¿Cuál vaso tiene más?, él se concentrará en la altura del agua y escogerá el más alto.

En las operaciones concretas en niño empieza a utilizar oraciones mentales y la lógica para reflexionar sobre los hechos y los objetos de su ambiente, su pensamiento muestra menor rigidez y mayor flexibilidad, así el niño entenderá que las operaciones pueden invertirse o negarse mentalmente, el pensamiento es menos centralizado y egocéntrico, ya no basan su juicio en apariencias de las cosas.

La experiencia de primer grado en los niños establece la base para toda su trayectoria escolar, es importante identificar que problemas conlleva el crecimiento de los niños debido a los cambios físicos y cognitivos que van teniendo a lo largo de su vida y sus conductas se ven reflejadas por aspectos familiares y exterior.

Dentro del ámbito escolar los niños muestran actitudes propiamente de casa por lo cual analizaremos que cambios sufren en la infancia intermedia que abarcan de los 6 11 años.

De acuerdo con Erickson (En: Papalia 2003) un determinante fundamental de la autoestima es la visión que tienen los niños de su capacidad para el trabajo productivo. Los niños deben aprender habilidades valoradas por la sociedad.

Haciendo mención de los cambios físicos que sufren los niños en infancia intermedia hacemos mención del crecimiento que se vuelve más lento, mejoran su fuerza y aptitudes atléticas y las enfermedades respiratorias son frecuentes, pero en general la salud es mejor que en cualquier otro periodo del ciclo vital.

En el desarrollo cognitivo el egocentrismo disminuye ya que los niños empiezan a pensar lógicamente y concretamente, aumentan su memoria y habilidades del lenguaje, en cuanto a su desarrollo psicosocial el autoconocimiento se torna más complejo afectando su autoestima los semejantes adquieren importancia en él.

Otro punto de vista en el desarrollo cognitivo para Piaget (En: Hoffman 1995) donde para él la etapa operacional concreta aparece alrededor de los 7 a los 11 años donde los niños han iniciado la educación formal, piensan con lógica, pero sólo acerca de objetos concretos.

Esto les facilita comprender las operaciones lógicas en la que pueden invertir las acciones mentales. Por ejemplo pueden entender cuando trabajan con plastilina es un material el cual pueden formar miles de figuras y nunca perderán su forma original.

El pensamiento operativo concreto en esta etapa empiezan a apreciar la necesidad lógica de ciertas relaciones casuales, manipulan categorías, sistemas de clasificación y jerarquías de grupos (Newman,1989).

Ya aquí en esta etapa logran resolver problemas claramente vinculados con la realidad física, pero no tienen tanto análisis para generar hipótesis sobre conceptos fisiológicos o abstractos.

Las operaciones concretas de Piaget (En: Worchel 1998) habla acerca de ampliar las operaciones mentales desde objetos concretos a términos simbólicos, a estas alturas han aprendido la mayoría de los principios de conservación por lo que usan correctamente las operaciones mentales sobre objetos concretos.

Un ejemplo a la definición anterior es cuando un niño aprende el camino para llegar a la casa de un amigo si suele pasar por un mismo camino siempre pierde visión de lo que lo rodea.

Para Piaget (En: Papalia 2001) los niños en la etapa de operaciones concretas muestran mejores niveles para calificar, trabajar con números, manejar conceptos de tiempo y espacio, y distinguir la realidad de la fantasía.

Los niños comprenden que la mayoría que la mayor parte de las operaciones son físicas son reversibles y el aumento en su capacidad para comprender el punto de vista de los demás les permite en forma más afectiva y ser más flexibles en su pensamiento moral.

Las operaciones requieren de cierto grado de estabilidad y coherencia a medida que el niño utiliza operaciones en proporciones de su contexto y materiales más amplios, el alcance de las operaciones se extiende y la estructura mejora progresivamente en cuanto a integración y estabilidad (Watson, 1991)

3.3 Enfoque Cognitivista.

Los antecedentes históricos se remontan a los estudios que explican los procesos que utilizamos para comprender nuestro mundo tales como la percepción, memoria, atención, entre otros que permiten analizar cómo aprenden una persona. Dentro del enfoque cognitivo se busca estudiar los procesos psicológicos que contribuyen a construir el conocimiento que las personas poseen del mundo y de sí mismos con el fin de tratar de comprender los procesos psicológicos con los cuales el individuo establece sus relaciones ofreciendo una perspectiva del aprendizaje centrada en el pensamiento y en el significado. (Woolfolk, 1999).

El conocimiento es el resultado de una elaboración personal, resultante de procesos internos de pensamiento, coordinando diferentes nociones a las que se les atribuye un significado, que se organizan y se relacionan con conocimientos previos que se tienen sobre su tema en específico.

Para (Garner,1987) define la psicología cognitiva como “ un empeño contemporáneo de base empírica para responder a interrogantes epistemológicos, en particular los vinculados a la naturaleza del conocimiento, sus elementos componentes, sus fuentes, evolución y difusión”.

De modo que el aprendizaje por comprensión requiere de procesos más complejos y de la utilización de herramientas superiores se puede considerar un requerimiento para la resolución de problemas. Para ello se necesita observar los indicios para entonces combinarlos y así de esta manera reordenar las evidencias disponibles y observar ese problema desde una perspectiva diferente.

De acuerdo con (Piaget,1978) la psicología cognitivista considera que el pensamiento y la inteligencia van desarrollándose en forma paralela con la maduración y el crecimiento biológico, el conocimiento se logra a partir de la acción, lo que implica favorecer el espíritu investigativo y autónomo.

El enfoque cognitivista se centraliza en conocer el conjunto de procesos a través de los cuales el ingreso sensorial es transformado, reducido, elaborado, almacenado, recordado o utilizado por los procesos cognitivos como la percepción, memoria, inteligencia e atención haciendo énfasis en este último. Es una corriente de la psicología la cual hace uso de procesos mentales para explicar la conducta se enfoca en los procedimientos intelectuales y en las conductas que emanan de estos procesos.

El propósito de todas las conductas que el niño pueda adaptar a su medio del modo más satisfactorio Piaget las ha llamado esquemas. Para Piaget (En: Cueli 1990) "Un esquema es la estructura o la organización de acciones que son

transferidas o generalizadas por la repetición en circunstancias similares o análogas).”

Un esquema puede ser muy simple, tan simple como el modelo que evoca un niño para poner su dedo en su boca o tan complejo comprenda subesquemas físicos y mentales como los que se requieren manejar un coche o resolver una ecuación.

¿Cómo se presenta el proceso de evolución de los esquemas?

Se llama asimilación al proceso de incorporar eventos del mundo, al juntar las características percibidas de estos eventos a los ya existentes, es decir remoldea la información que se recibe del exterior para incorporarse a los esquemas ya existentes, su crecimiento intelectual va hacia la maduración como consecuencia de un cambio de ideas acerca del mundo de un esquema más adaptativo.

Los niños tratan continuamente de captar el sentido de su mundo al relacionarse activamente por objetos y por adultos que los rodean, los niños tratan activamente de captar el sentido de sus experiencias, intentan organizar sus procesos mentales, comprender lo que está ocurriendo a su alrededor y

determinar sus ideas de un modo coherente que le permita al niño comprender de una manera más sencilla todo lo que lo rodea.

Para Piaget concentra su atención en los niños sobre el hecho de que inventan ideas y conductas que nunca antes habían presenciado, o que no se habían reforzado Piaget (1998) dice “El problema que tenemos que resolver para explicar el desarrollo cognoscitivo es el de la intervención y no de la mera copia” cada niño desarrolla y construye sus habilidades y destrezas a cierta edad que está determinada por diferentes factores que inician del núcleo familiar, escuela y sociedad.

El autor comenta que el niño pasa a través de etapas adquiriendo diferentes clases de operaciones y que gradualmente llega a la etapa más madura de todas mediante la adolescencia, los mecanismos principales que permiten pasar de una etapa a otra en la asimilación, acomodación y equilibrio.

- Asimilación es la incorporación de un objeto, idea o esquema que el niño ya posee,
- Acomodación es la tendencia a ajustarse a un objeto nuevo, a cambiar los propios esquemas de acción para acomodar a un nuevo objeto
- Equilibrio que consiste en cuando el niño está expuesto a una nueva experiencia usa sus viejas ideas para encontrar la solución pero al

momento de no ser resuelto deberá cambiar su comprensión del mundo de modo que eventualmente el proceso nuevo está en armonía con creencias anteriores.

Las etapas son continuas y cada etapa posterior entre una y otra así que ningún niño puede saltarse etapas porque cada etapa nueva toma muchas cosas de los logros de las anteriores, cada habilidad nueva se añade a las que ya existen y siempre hay relación entre las aptitudes y creencias presentes de un niño y las de todo su pasado. De esta manera dentro del aula el niño reacciona diferente ante cada situación por lo tanto interfiere en la evolución académica y puede conllevar a un bajo rendimiento.

3.3.1 Terapia y Técnicas Cognitivas-Conductuales

La terapia Cognitivo-Conductual es un modelo que trabaja ayudando al paciente a que pueda modificar sus pensamientos, emociones, conductas y respuestas fisiológicas disfuncionales por otras más adaptativas para combatir sus problemas, dentro del enfoque como procedimiento básico se encuentra conocer los derechos asertivos, reducir los obstáculos cognoscitivos y afectivos, trabajar con la ansiedad, la culpa y la autoestima del niño, desarrollando destrezas asertivas así como disminuir y modificar las ideas irracionales mediante técnicas de apoyo:

- **Reestructuración Cognitiva (Beck y Freeman 1995, Ellis y Grieger 1990)**

Es una técnica que consiste en que el terapeuta ayude al paciente a identificar y cuestionar pensamientos disfuncionales para después sustituirlos por otros más apropiados contrarrestando el efecto emocional negativo de los pensamientos desadaptativos. De esta manera se podrán modificar creencias, actitudes y puntos de vista, todos estos con el objetivo de hacer que la persona pase a interpretar las cosas de otro modo, por un lado se planteen diferentes objetivos y expectativas, por el otro.

- **Autocontrol**

Es una técnica que consiste en la emisión por parte del individuo de una conducta controladora que va a tratar de alterar la probabilidad de ocurrencia de una conducta conflictiva. Se concibe como una habilidad entrenable y adquirible en mayor o menor grado por todas las personas, manifestar el autocontrol significa que el sujeto ha adquirido un conocimiento acerca de las relaciones funcionales que controlan su comportamiento en conclusión una habilidad susceptible de aprendizaje, que engloba cualquier conducta controlada exclusivamente por variables autogeneradoras(físicas, sociales o cognitivas) que trata de alterar la probabilidad de ocurrencia de otras conductas cuyas consecuencias pueden resultar a largo plazo repulsivas para el individuo.

- **Terapia de juego**

Es apropiada para niños para hacer hincapié en la participación del niño en la terapia y aborda problemas de control, dominio y responsabilidad para la modificación de la conducta. Se ayuda al niño a convertirse en un participante activo del cambio, proporciona actividades estructuradas dirigidas a metas, a la vez que permite que el niño traiga materiales de manera espontánea a la sesión.

- **Técnica de modelado**

El modelado es un tipo de técnica en la que el individuo realiza una conducta o interactúa en una situación con el objetivo de que el paciente observe y aprenda una manera de actuar concreta de manera que sea capaz de imitarlo, se busca que el observador modifique su conducta o pensamiento y dotarle de herramientas para afrontar determinadas situaciones (Regader, 2017).

- **Entrenamiento en Autoinstrucciones**

Creado por Meichenbaum se basa en las instrucciones con las que guiamos nuestra propia conducta indicando qué y cómo vamos a hacer algo con esta técnica se pretende ayudar al individuo a que sea capaz de generar autoverbalizaciones internas correctas, realistas y que le permita llevar a cabo las acciones que desea realizar. Durante el proceso el terapeuta realiza un modelo

de la acción a realizar indicando los pasos en voz alta, posteriormente el paciente llevará a cabo dicha acción a partir de las instrucciones que irá recitando el terapeuta. Posteriormente se procederá a que sea el propio paciente quien se autoinstruya en voz baja y finalmente mediante habla subvocal, interiorizada (Regader,2017).

- **Entrenamiento en resolución de problemas.**

Es un tipo de tratamiento cognitivo-conductual a través del cual se pretende ayudar a los sujetos a hacer frente a determinadas situaciones que por sí mismos no son capaces de solucionar. En este tipo de técnica se trabajan aspectos como la orientación hacia el problema en cuestión, la formulación del problema, la generación de posibles alternativas para solucionarlo, la toma de una decisión respecto a la más apropiada y la verificación de sus resultados.

- **Detección de pensamientos**

El método de detección de pensamientos consiste en la interrupción y modificación por medio de sustitución de los pensamientos, es decir se entrena al paciente para que excluya, incluso antes de su formulación, cualquier pensamiento indeseable o improductivo. Esto conduce a la reducción de la

cadena de pensamientos que se acompañan de emociones negativas por lo tanto las emociones negativas quedan cortadas antes de que puedan seguir.

- **Ventajas y desventajas**

Consiste en que el paciente realice un enlistado con las ventajas y desventajas de mantener una creencia o conducta particular, de esta manera podremos ayudar a lograr una perspectiva más equilibrada y sirve para que el paciente abandone la posición de todo-nada en favor de una postura que le permita explorar la posibilidad de una experiencia, sentimiento o conducta con posibilidad positivas y negativas. Es una técnica que puede usarse para examinar la capacidad de adaptación para actuar, pensar y sentir en ciertas formas.

- **Graduar**

La graduación es para el paciente que ve las cosas de manera dicotómica, transformar el afrontamiento gradual y progresivo de ideas y pensamientos ayudan a fomentar ideas de “avance” y “crecimiento” (Ellis, 2002).

- **Biblioterapia**

Está definida como el uso de escritos psicoterapéuticos y materiales de autoayuda con el propósito de resolver problemas de salud mental es un método

que puede ejercer un efecto positivo en la recuperación de aquellas personas con trastornos psicológicos e incluso físicos. Es una técnica que pone énfasis en darle información precisa al paciente sobre su situación, para eso se sugieren libros para leer es, es una forma efectiva de reforzar ciertos aspectos trabajados en el tratamiento en ciertos casos logra aumentar el compromiso y disminuir la ansiedad.

- **Dominio y agrado**

La técnica consiste en hacer que el paciente valore el dominio logrado en las actividades programadas, así como el placer logrado con su realización (ejemplo: escalas 1-10). Esto puede permitir al terapeuta programar actividades con el paciente de modo que aumente su dominio o agrado, o corregir distorsiones cognitivas a la base (Freeman,2010).

- **Imaginería**

Es una técnica en la cual muchos pacientes experimentan pensamientos automáticos por medio de fotografías mentales o imágenes que suelen apartar rápidamente de su mente que si no logran identificarlas y combatirlas pueden sentir sus efectos negativos de manera permanente. Una vez que el terapeuta ha comprobado que el paciente convive con frecuentes imágenes perturbadoras se le debe instruir diversos modos para responder frente a ellas.

- Seguir las imágenes hasta su final: Ayuda a conceptualizar mejor el problema para llevar a la reestructuración cognitiva de la imagen y brindar alivio.
- Dar un salto hacia delante en el tiempo: En algunas ocasiones no se logra los resultados esperados dado que el paciente continúa imaginando obstáculos. En esta instancia el terapeuta sugiere que el paciente se imagine a sí mismo en algún momento del futuro.
- Tolerar la imagen: Técnica la cual consiste en guiar al paciente para que imagine que está tolerando mejor la situación difícil que ha visualizado espontáneamente.
- Cambiar la imagen: Ayudar al paciente a identificar una imagen y luego volver a evocarla, cambiando el final al hacerlo habitualmente alivia su estrés, cambiar la imagen en este caso conduce a conversaciones productivas relacionadas con la resolución de problemas.

CAPÍTULO IV

PROPUESTA DE TESIS

4.1 Contextualización de la propuesta

Nombre:

“Curso Taller: Yo me quiero y ¿Tú, te quieres?, para aumentar la autoestima en niños de 9 a 12 años”

Objetivo:

Aumentar el Autoestima en niño de 9 a 12 años de la primaria “Josefa Ortiz de Domínguez”, mediante la aplicación del curso taller “Yo me quiero, y ¿Tú, te quieres”.

Justificación:

Durante las primeras observaciones y junto con las pruebas psicológicas de apoyo se pudo notar que los niños tenían problemas emocionales que afectaban su autoestima dentro del salón de clase, por lo que reflejaban timidez, aislamiento, conflictos emocionales como tristeza, enojo, irá, rencor, etc. Por lo que el trabajo de investigación fomenta a tener un buen autoconcepto por medio

de ejercicio y dinámicas, así los niños formaran su Autoestima para sentir mayor confianza y seguridad para afrontar problemas que le causan sufrimiento, de tal manera invertir estos sentimientos para fortalecer su persona y aunque tengan experiencias malas sean capaces de salir adelante e impulsar su Autoestima. Por lo que el desarrollo de la Autoestima en esta etapa permite establecer relaciones optimas en su vida.

Es importante promover un autoconcepto adecuado en el menor para poder aprender a salir adelante en las adversidades y tener una buena calidad de vida, seguir con su proceso de identidad y mantenga un buen desarrollo emocional.

A través del siguiente curso y de la colaboración de los mismos niños, se pretende impulsar su Autoestima, la propuesta desarrollada constituyó una investigación amplia del tema, basadas en investigaciones de la autoestima las cuales buscan definir la razón del éxito basada por aspectos: físicos, mentales, familiares, sociales, escolares, económicos, entre otros cuya valorización individual es variada.

A través de juego se optimizan las oportunidades de experimentar aventurara, soñar, proyectar, construir, crear y recrear la realidad en los niños.

Población:

Niños de 9 a 12 años de edad, que asisten a la escuela primaria.

Área: Educativa.

Se entiende por educación al proceso de crecimiento y desarrollo por el cual el individuo asimila conocimientos los hacen suyos y desarrolla la habilidad de usar esos conocimientos de acuerdo a sus ideales. El objetivo principal de la educación es crear hombres que sean capaces de hacer cosas nuevas, cambiar la cultura y evolucionar debido a que el mundo evolucionar rápidamente.

Es de gran importancia destacar el trabajo que realiza el psicólogo en el área educativa para fomentar una actitud positiva y de relación eficaz con todos los factores que integran esos núcleos educativos y específicos, con padres de familia, docentes, niños y niñas.

Para Mora (1977) psicología educativa propone aplicar todos aquellos conocimientos relativos al proceso de instrucción y enseñanza, abarcando aspectos de la psicología que puedan proporcionar al maestro una comprensión correcta y totalmente científica del niño, el conocimiento de las diferencias individuales y del proceso de maduración, el conocimiento de la naturaleza y

condiciones del aprendizaje y finalmente al reconocimiento de la necesidad de la correcta formación del carácter.

El objetivo es ayudar en los métodos de enseñanza y aprendizaje consiste en la comprensión y el mejoramiento de la educación, la investigación es una herramienta primordial ya que examina aspectos limitados de una situación dentro del salón de clase.

Los psicólogos educativos (Huguet,1985) desarrollan conocimientos y métodos además, utilizan los métodos de otras disciplinas relacionadas para estudiar el aprendizaje y la enseñanza en situaciones cotidianas.

La psicología educativa cuenta con sus propios métodos de investigación, teorías y técnicas que proponen distintas herramientas que ayudan a complementar el proceso de atención, se concentra en los estudios psicológicos de los problemas cotidianos de la educación para el estudio de los procesos afectivos de pensamiento de los alumnos y los complejos procesos sociales y culturales de la escuela.

Cabe mencionar que para describir la manera en que los humanos dan sentido a su mundo, reúnen y organizar la información a su manera, que desde

la infancia se aprenden y van cambiando en el transcurso de la vida. Es por esta razón que el aprendizaje que cada niño se adquiere de manera diferente por lo que la intervención de los maestros propicia a mejorar en el rendimiento académico. En consecuencia con lo anterior el desarrollo de algunos niños se retrasa por cierta pasividad del mundo adulto alrededor que impide que el niño acceda a todas las herramientas de su conocimiento (Piaget, 2011).

En concreto para el autor la educación logra su cometido cuando en los individuos hay adquisición de herramientas y formas de razonamiento que permiten dar forma al conocimiento específico en sus diferentes fases y de manera sostenida en el tiempo.

4.2 Desarrollo de la propuesta



CURSO TALLER

Yo me quiero y

¿Tú te quieres?



TÓMATE UN MOMENTO PARA
APRECIAR LO INCREÍBLE QUE ERES.



SÍ, ¡TÚ!



ÍNDICE TEMÁTICO

- 1.- Introducción
- 2.- Descripción de sesiones
- 3.- Sesión 1-2: Aplicación de pruebas Psicométricas
- 4.- Sesión 3: Autovaloración
- 5.- Sesión 4: Autoaceptación
- 6.- Sesión 5: Soy yo
- 7.- Sesión 6: Como valorarse a sí mismo
- 8.- sesión 7: Autoimagen
- 9.- sesión 8: Me valoro y valoro a los demás “El espejo”
- 10.-Sesión 9: Valores
- 11.- Sesión 10: Escudo
- 12.- Sesión 11: Autoestima.

“Una persona es autónoma cuando es capaz de ponerse a sí misma sus propias normas; cuando no se rige por lo que le dicen, sino por un tipo de normas que cree que debería cumplir cualquier persona, le apetezca a él o a ella cumplirlas o no.”

Kant.

Sesión 1-2	Aplicación de pruebas
Objetivo	Evaluar a los niños de 4to,5to y 6to de primaria la aplicación de mediante pruebas psicológicas
Tiempo	Corresponde 3 horas aproximadamente, divididas en uno o dos días dependiendo de factibilidad con los niños.
Contenido temático	Las pruebas aplicadas deberán ejecutarse a tiempos establecidos para no crear confusión en los niños y las realicen sin complicaciones. Las siguientes pruebas a aplicar son las siguientes: Test de Autoestima Coopersmith Test de la familia Test Goudenouhg Test de inteligencia Raven
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Prueba de trabajo ➤ Lápiz, ➤ Goma ➤ Sacapuntas
Desarrollo	<p>Al comienzo de cada prueba el niño debe tener a la mano lápiz y goma, para evitar que en algún momento tenga la necesidad de distraerse pidiéndolo al compañero de junto e interrumpiéndolo, también resolver sus dudas en cada actividad obtener un mejor resultado de casa una.</p> <p>La primera prueba a aplicar será el test de “Coopersmith” el cuál medirá el nivel de autoestima que representan los niños en ese momento. Las indicaciones de la prueba así como su forma de calificar el cuestionario se encuentran en el anexo (B).</p> <p>Nota: Esta actividad se repetirá una vez concluidas las sesiones programadas.</p>

Sesión 3	Tema: Autovaloración
Objetivo	Promover la autovaloración en los niños mediante el reconociendo de fallas y limitaciones, con técnicas de expresión escrita.
Tiempo	1:30 horas
Actividad de inicio	Dinámica de inicio: "Telaraña" Desarrollo: El primer integrante toma en su mano la bola de estambre dice su nombre al igual de lo que le gusta hacer en su tiempo libre en seguida de esto avienta el estambre a otro compañero y se repiten mismas frases hasta llegar al último compañero, este último devolverá el estambre al compañero anterior, finalmente devolverán el estambre hasta llegar a la primer persona que inicio la actividad no olvidando mencionar el nombre y su pasatiempo favorito del compañero.
Contenido temático	Llevar a cabo el proceso de autovaloración en el niño que permita reconocerse como persona importante, aceptarse como un ser integro con cualidades y defectos, fortalecer la convivencia sana y reconocer el esquema corporal para mejorar la autoimagen en ellos.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bola de estambre ➤ Tarjetas "Autoaceptación" de 10x5 para cada participante ➤ Hoja de trabajo (Autovaloración) ➤ Lápiz ➤ Pluma
Desarrollo	<p>1ª actividad: "Pensamientos y Conducta"</p> <p>Técnica: Autocontrol (Albert Ellis)</p> <p>Desarrollo: Se elaborará un cuadro con el nombre de cada niño y la fecha correspondiente a cada mes, este a su vez estará dividido en (Conducta Positiva- Negativa) así como (Pensamiento Positivo-Negativo) en el cual se pedirá el apoyo de los niños para reportar que tipo de pensamiento tuvieron finalizando cada día pegando un papel del color correspondiente, en caso de que los niños peguen un papel en pensamiento negativo tendrán que tomar de un bote un papel y deberán leer la frase positiva para modificar el pensamiento negativo, de igual manera con el apoyo de las maestras deberán pegar un papel del color correspondiente</p>

	<p>indicando el tipo de conducta de tuvieron los niños finalizando su día.</p> <p>2da actividad: “Autoaceptación” Técnica: Reestructuración Cognitiva (Beck y Freeman) Desarrollo: Mediante tarjetas los niños expresaran cuestionamiento y pensamientos disfuncionales con las cuales al finalizar se comentaran para modificar creencias y actitudes.</p> <p>Pedir a los participantes de manera anónima escribir tres fallas o limitaciones de sí mismos al término se recogerán las tarjetas, se revolverán y se distribuirán nuevamente. Cada participante leerá en voz alta las fallas escritas por otros compañeros como si fueran tuyas, posteriormente el niño buscará una frase positiva contraria a cada defecto, el ponente guía el proceso durante la actividad. Para que de esta manera los niños analicen que sus fallas no son malas como ellos piensan y como pueden aplicar lo aprendido a su vida.</p> <p>3da actividad: “Hoja de autovaloración” (Anexo D) Entregar a cada niño la hoja de trabajo en la cual deberán escribir de manera personal y honesta como se describen a sí mismos, como se consideran físicamente, como creen que los demás los ven y como se sienten socializando con otras personas. Con el propósito de conocer más acerca de ellos y que adjetivos ocupan para describirse.</p>
Cierre	<p>Dinámica: “Un sentimiento una palabra” Se pide al grupo que se coloquen en círculo y que todos digan una palabra sobre lo que sintieron en las actividades como forma de reforzar los temas vistos en la sesión, el ponente terminara la actividad cuando la mayoría haya participado.</p>

Sesión 4	Tema: Autoaceptación
Objetivo	Guiar a los niños para que conozcan de manera más profunda quiénes son, mediante frases incompletas.
Tiempo	2:00 horas.
Actividad de inicio	Dinámica de inicio: “Los espejos” Desarrollo: Formarán parejas. Los integrantes deben colocarse uno enfrente del otro, uno de los dos empieza haciendo distintos movimientos durante un minuto el otro será el espejo y tendrá que reflejar los movimientos, después de un minuto las parejas deberán cambiar de roles.
Contenido temático	Autoaceptación es la manera en la cual el niño hace una evaluación sobre sus cualidades lo que sabe de sí mismo y lo que cree que sabe, es un concepto que se va formando a lo largo de la vida. Mediante la interpretación de las emociones y las conductas representadas en los niños durante las dinámicas ayudaran a limitar la comparación de ellos con otras personas para aceptarse tal cual son.
Materiales	Papel bom Revistas, libros, periódico Pegamento Tijeras Hoja de trabajo (Autoaceptación) Lápiz o colores
Desarrollo	1ª actividad: “¿Quién soy? Soy yo Técnica: Terapia de juego (Aron Beck) Desarrollo: Fomentar la participación abordando problemas de control, dominio y responsabilidad, se repartirán a los participantes un papel bom en el cual deberán construir un collage con la información que más lo represente (imagen de ellos mismos, familia, amigos, gustos) de todo el material que se les ha facilitado. Finalmente se explicará a sus compañeros por que ha seleccionado esa información que los representa a cada uno. 2da actividad “Autoaceptación”(Anexo E) Técnica: Entrenamiento en resolución de problemas (Albert Ellis) Desarrollo: Ayudar a los niños a hacerle frente a determinadas situaciones, se hará entregar la hoja de trabajo la cual por medio de frases incompletas los niños deberán expresar su sentir respecto a cada oración para conocer la manera en la cual se ven y piensan de ellos mismos, tendrán que ser honestos y tomar su tiempo al finalizar escogerán 3 frases y pasarán al frente para leerlas, así con ayuda de sus compañeros deberán dar su punto de vista con la finalidad de encontrar otras opciones al problema que ellos ven.
Cierre	Dinámica: “Termina la oración” Se escriben oraciones en el pizarrón y a continuación se pide la participación de los integrantes para completarlas. Algunos ejemplos pueden ser: “La mejor parte del día de hoy fue...” “Una nueva idea que tuve hoy fue...” “Me voy con la esperanza de...” “Aprendí hoy que...”

Sesión 5	Tema: Soy yo
Objetivo	Desarrollar la autoestima equilibrada a través de frases incompletas.
Tiempo	2:00 horas
Actividad de inicio	<p>Dinámica de inicio: "Presentándome"</p> <p>Desarrollo: Se dará la indicación de formaran dos círculos comenzarán a girar y pararán cuando la música se detenga dejando a un alumno frente a otro cada participante tendrá que presentarse y dar una respuesta a una pregunta que se planteen mutuamente.</p>
Contenido temático	<p>Desarrollar la autoestima equilibrada a través de:</p> <p>Dimensión personal.-El descubrimiento de los aspectos positivos de la persona.</p> <p>Dimensión social.- la creación de un clima que favorezca las buenas relaciones entre todos.</p> <p>Reencontrase.- el grupo se reencontrará creando un clima de comunicación para ver la influencia que ha tenido el grupo con respecto a sus compañeros.</p> <p>Juntos estos aspectos favorece la autoestima y la imagen de los demás potenciando la comunicación entre ellos.</p>
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hoja de trabajo ("Soy yo") ➤ Música ➤ Hojas de colores ➤ Lápiz ➤ Goma
Desarrollo	<p>1ª actividad: "Temores y Esperanza"</p> <p>Desarrollo: Deberán escribir en una hoja sus inquietudes y temores sobre situaciones que han vivido, una vez que hayan finalizado el ponente deberá ir dando la palabra a cada uno, se irán presentando y mostrando la información escrita.</p> <p>A continuación el ponente lo anotará en el pizarrón todas las opiniones para que al finalizar el turno de las palabras puede señalar las más frecuentes y debatir sobre estas.</p>

	<p>2da actividad: “Soy yo” (Anexo F)</p> <p>Técnica: Autocontrol (Albert Ellis)</p> <p>Desarrollo: Abordar cualquier conducta cognitiva que trate de alterar otras cuyas consecuencias puedan resultar a largo plazo por lo que se entrenará a los niños para modificar pensamientos negativos diciendo a sí mismos “Alto” permitiendo un paro cognitivo con lo que por medio de frases de recompensa como: “lo has hecho muy bien” se logrará cambiar el pensamiento negativo en ellos. Se hará entrega de la hoja de trabajo a cada participantes, una vez contestada la hoja de trabajo se colocaran a los niños en círculo y se explicará que deberán elegir dos frases de las que escribieron, uno a uno deberá comentar a los demás que frase eligieron y lo que significa para ellos, el ponente deberá guiar en todo momento la actividad e intervenir cuando sea necesario.</p>
cierre	<p>Dinámica: “Apreciaciones”</p> <p>Se organiza al grupo para formar un círculo, a continuación se pide a alguien que diga lo siente sobre otra persona. Esa persona luego comparte también la opinión sobre otra persona, continúa hasta que todos hayan hablado una vez y todos hayan recibido una apreciación. Al finalizar se hará entrega de un pequeño papel que diga “gracias”, esto ayuda al grupo a identificar quién no ha recibido una apreciación aún para que nadie sea excluido.</p>

Sesión 6	Tema: Como valorarse a sí mismo
Objetivo	Estimular la autoimagen en el sentido de la libertad y la comunicación a través de cuadros comparativos de autoconocimiento calificando rasgos positivos y negativos en ellos.
Tiempo	2:00 horas
Actividad de inicio	Dinámica de inicio: "La pelota preguntona" Desarrollo: Se iniciará en colocar a los niños en círculo una vez todos colocados se iniciará con la música y una pelota la cuál rodara por cada uno, el niño que tenga la pelota al finalizar la música deberá decir su nombre y lo que más le gusta de sí mismo, así sucesivamente hasta que todos los niño se presenten.
Contenido temático	Conocer las propias capacidades individuales en los niños, tener conocimiento acerca de las diferentes cualidades que una persona tiene y sacar el mejor provecho de ellas para tener mayor aceptación tanto en cuestiones físicas intelectuales y emocionales para brindar mayor confianza en ellos.
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hoja de trabajo (Como valorarse a sí mismo/ Test de Autoimagen) ➤ Música ➤ Hoja blanca ➤ Lápiz ➤ Goma
Desarrollo	<p>1ª Actividad: "Mis sentimientos"</p> <p>Técnica: Reestructuración Cognitiva (Beck y Freeman)</p> <p>Desarrollo: Mediante una serie de preguntas se pretende en los niños ayudar a generar autoverbalizaciones internas correctas y le permitan hacer conciencia de sus propias emociones. Se reparte una hoja blanca, una vez que los alumnos se han sentado en círculo deberán pensar y escribir para no olvidar todo aquello que se preguntará, las preguntas son las siguientes: Si pudieras vivir en cualquier parte del mundo ¿Dónde sería? ¿Por qué?, ¿Cuáles son tus objetivos para este año en la escuela?, ¿Con quién hablas cuando tiene problemas? ¿Cómo te ayuda esa persona?, ¿Qué te gusta hacer para divertirte?, ¿Qué es lo que te preocupa?, ¿Que te gustaría que tus papás supieran de ti?, ¿Qué teda vergüenza?, ¿En qué momento o situación te</p>

	<p>sientes más seguro?, ¿Qué significa el fracaso para ti? ¿Te sientes fracasado? ¿Cómo lo confrontas?, ¿Cómo te das cuentas que estas enfadado? ¿Cómo se pone tu cuerpo? ¿Qué piensas en ese momento?, ¿De qué es de lo que más orgulloso estás?, ¿Cuál es tu recuerdo más feliz?, ¿Qué haces cuando estas triste?, ¿crees que llorar es normal?, ¿Crees que es normal gritar?, ¿Qué es lo que te hace más feliz? Pasado el tiempo de pensar y escribir libremente en las hojas deberán escoger 4 preguntas y con ayuda de otro compañero cambiaran opiniones entre sí, con la finalidad de sustituir pensamientos, el ponente estará interviniendo en todo momento en la actividad para mantener un ambiente ameno.</p> <p>2da Actividad “ Como valorarse a sí mismo “ (Anexo G)</p> <p>Desarrollo: Se repartirá la hoja de trabajo en la cual deberán escribir rasgos físicos y rasgos intelectuales positivos y negativos es importante conocer la forma que se describen para trabajar en aquello que para ellos les sea un impedimento para expresarse con otras personas.</p> <p>3ra Actividad: “Test de Autoimagen” (Anexo F)</p> <p>Desarrollo: Se repartirá el test a cada niño para conocer la manera en que se perciben a sí mismos.</p>
<p>Cierre</p>	<p>Dinámica: “Compartiendo regalos”</p> <p>Cada niño elije a un compañero y tendrán algunos minutos para hablar sobre lo que han aprendido y lo que esperan lograr con lo aprendido. Luego reúne al grupo y pide a cada persona que entregue un “regalo” a su compañero. El regalo no es un objeto si no una frase real como (“Te doy mi amistad y mi apoyo”).</p>

Sesión 7	Tema: Autoimagen
Objetivo	Conocer y aceptar sus cualidades, así como valorarse positivamente adoptando cualidades que impulsen su desarrollo escolar con el apoyo de un cuestionario.
Tiempo:	2:00 horas
Actividad de inicio	<p>Dinámica de inicio: “Casas e Inquilinos”</p> <p>Desarrollo: los niños deberán formar parejas de tres, dos personas se toman de las manos (casa) y la tercera se queda en el medio (inquilino). El ponente dirá las siguientes indicaciones:</p> <p>Cuando dice casa: Todas las casas deben moverse tomadas de las manos sin soltarse, dejar a su inquilino y buscar otro.</p> <p>Cuando dice: Inquilino deberá salir de su casa y buscar una nueva.</p> <p>Cuando dice: Terremoto, se sueltan casas e inquilinos y forman nuevos grupos de tres personas.</p>
Contenido temático	Construir una mejor visión en los niños en cuanto a sus características físicas, aceptar su cuerpo y aclarar ideas erróneas que llegan a tener de su apariencia. Resaltar rasgos positivos en ellos, tratando de no hacer comparaciones con sus compañeros e impulsar el amor propio y sus semejantes.
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hojas blancas ➤ Cartulina ➤ Pañuelos ➤ Lápiz ➤ Goma.
Desarrollo	<p>1ª Actividad: “Autorretrato”</p> <p>Desarrollo: Se pedirá que realicen un autorretrato en el que se vean reflejados, además deberán incluir 3 razones como mínimo de porque se ven de esa manera.</p> <p>Finalmente se les propone que deben compartir con los compañeros las razones de porque se ven así</p>

	<p>2da Actividad: “Aprende a confiar”</p> <p>Técnica: Modelado (Albert Ellis)</p> <p>Desarrollo: Estar en el lugar del otro se busca modificar su conducta y pensamiento tanto para él y con sus compañeros se explica que deberán formar parejas el cual uno actuará de ciego con los ojos cerrados, dejándose conducir por su pareja, el que guía le irá diciendo a su compañero “ciego” por donde van caminando, le irá previniendo de los obstáculos y le inspirará confianza para no chocar, puede tomarlo del brazo para guiarle, una vez que terminen el recorrido cambian los papeles, terminada la marcha de todas las parejas se reunirán para expresar como se sintieron como ciegos y como guías.</p> <p>Para constatar que las instrucciones fueran entendidas con ayuda de un compañero se realizó el ejercicio de manera que los niños observaran la forma correcta de dirigir a su compañero y una vez terminado el recorrido, ellos comenzarán a trabajar con sus compañeros.</p> <p>3ra Actividad: “Constelación de símbolos”</p> <p>Desarrollo: Se divide a la clase con grupos de 6 alumnos, se explica que cada uno debe escoger para cada uno de los cinco compañeros de grupo un símbolo que representa su manera de ser, indicando el motivo por el que lo representa, durante unos minutos estarán en silencio para pensar y dibujar sus símbolos una vez terminado en orden todos van diciendo el símbolo con que representan su compañero a cada uno de los integrantes del grupo. Es muy importante que todos los símbolos se refieran exclusivamente a cualidades positivas de los demás.</p>
<p>Cierre</p>	<p>Dinámica: “Te ofrezco mi corazón”</p> <p>Se ubicaran a todos los niños al centro del salón y formaran un círculo, se entregará a cada participante un corazón de cartulina y se pedirá que escriban su nombre en él. A continuación cada integrante escribirá en el corazón de sus compañeros una cualidad o frase positiva para reforzar la actividad que se vivió en esa sesión.</p>

Sesión 8	Tema: Me valoro y valoro a los demás “El espejo”
Objetivo:	Crear un clima de confianza y comunicación interpersonal en el grupo. Reforzar la imagen de sí mismo(a) y de los demás miembros del grupo con el apoyo de una dinámica de autoreflejo.
Tiempo:	2:00 horas.
Actividad de inicio	<p>Dinámica de inicio: “Circulo revoltoso”</p> <p>Desarrollo: Se colocan en círculo ya sea de pie o sentados, se explica que hay tres ordenas: “Naranja”, “Banana” y “Círculo” el ponente e pone en medio del círculo y señala a uno de los compañeros diciéndole una de esas tres órdenes.</p> <p>Si es “naranja” la persona debe decir el nombre de su compañero de la izquierda. Si es “Banana” el de su compañero de la derecha. Finalmente si el “Círculo” todos los miembros deben cambiarse de sitio.</p>
Contenido temático	La aceptación es la capacidad de ver las cosas tal como ellas son realmente en el momento presente no podemos cambiar las cosas así que mediante el conocimiento de ellos mismos descubrirán que nada es bueno o malo, todo es potencialmente capaz de ayudarnos para mantener una armonía con todas aquellas personas que nos rodean.
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Un espejo por persona ➤ Ropa cómoda
Desarrollo	<p>1ª Actividad: “ El espejo”</p> <p>Técnica: Detección de pensamientos (Albert Ellis)</p> <p>Desarrollo: Entrenar al niño a excluir pensamiento negativos en ellos incluso antes de su formulación por lo que cada alumno tendrá que mantener por turnos un espejo próximo a su oreja y tendrá que expresar que es lo que les gusta de sí mismo(a) es como si el espejo dijera lo que están pensando. Antes de comenzar a hablar tendrán pensar cosas positivas de ellos una vez de unos minutos comenzarán la actividad una vez que terminen pasarán el espejo al siguiente compañero para repetir la misma operación, cuando todos hayan terminado se entablará un dialogo grupal para saber más sobre ellos mismos.</p> <p>Es siempre importante mencionar que solo deberán decir cualidades positivas.</p>

	<p>2da. Actividad: "Meditación"</p> <p>Técnica: Ventajas y Desventajas</p> <p>Desarrollo: Se les indica a los niños que se recuesten en cualquier parte del salón una vez acomodados cerraran los ojos y meditaran a cerca de una serie de preguntas que se mencionaran con el fin de analizar el tema visto en la actividad anterior para examinar la capacidad de adaptación para actuar, pensar y sentir de ciertas formas.</p> <p>Preguntas:</p> <p>¿Cuál ha sido tu experiencia con la aceptación? ¿Qué temores e inseguridades con respecto a la gente te impiden desarrollar una mayor aceptación? ¿Cómo podrías aceptarte más? ¿Reconozco mis habilidades? ¿Me siento capaz de aceptar mis errores ¿Soy una persona fuerte porque?</p>
Cierre	<p>Dinámica: "Palabras de aliento"</p> <p>Se hará entrega de un papel a todos los integrantes del punto, se les pedirá que escriban una oración que anime a trabajar la confianza en ellos, en caso que no se les ocurra nada pueden escribir lo que les gustaría que les dijeran a ellos. Luego que todos se pongan de pie, se muevan y entreguen su tarjeta a otra persona. Primero tendrán que leer las tarjetas en silencio, luego que continúen moviéndose y pasando las tarjetas al mayor número de compañeros. Después de unos minutos todos se detienen y se quedan con la tarjeta que tengan en las manos en ese momento. ¡Las pueden leer en voz ala si quieren!</p>

Sesión 9	Tema: Valores
Objetivo	Desarrollar las capacidades cognitivas y sociales que habilitarán a los niños y niñas, hacia la responsabilidad, el compromiso y el respeto con otras personas con ayuda de cuentos.
Tiempo:	2:00 horas.
Actividad de inicio	Dinámica de inicio: “Juego de los valores” Desarrollo: A cada niño se le entregará una estrella y deberá pintarla de su color preferido, a continuación debe escribir su nombre y tres valores que ellos apliquen con sus compañeros, una vez terminado deberá pasar su estrella a su compañero de junto y este deberá leerla en voz alta lo que su compañero escribió pero sin decir el nombre. De esta manera exige a los niños a reflexionar acerca del comportamiento de deben mostrar con sus compañeros y favorecer con la integración con los demás.
Contenido temático	La formación de valores es responsabilidad compartida de la sociedad en su conjunto, la familia y la escuela, esta última tiene mayor influencia en los niños ellos aprenden con el ejemplo por lo tanto la enseñanza de los valores se inicia en el hogar y más tarde en la escuela por lo que deberán ser ampliados y fortalecidos, los valores son principios que dirigen y regulan el actuar de los seres humanos en cualquier momento y situación así que fomentarlos brindarán un mejor futuro y desarrollo integral.
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Proyector ➤ Pinturas, lápiz. ➤ Hoja de lectura (Valores “El barrio de los Artistas).
Desarrollo	1ª actividad: “Exposición acerca de Valores” Se iniciará con una pequeña plática acerca de los valores para que los niños tengan un mayor conocimiento de ellos y reflexionen acerca de su comportamiento, durante la exposición se pedirá la participación de ellos para crear un mejor ambiente de integración. El principal objetivo es saber la noción que tienen los niños acerca de los valores y reforzarlos para que ellos puedan mejorar su responsabilidad en cuanto a sus actos.

	<p>2da. Actividad: “Lectura de valores. El barrio de los artistas” (Anexo I)</p> <p>Técnica: Biblioterapia</p> <p>Desarrollo: Resolver problemas de salud mental generando un efecto positivo en los niños.</p> <p>El ponente tendrá que leer el cuento para los niños en el cuál al finalizar la lectura tendrán que contestar la hoja de trabajo con el objetivo de hacer reflexionar a cada niño de la importancia que tienen los valores para mantener un ambiente favorable dentro y fuera de aula, los ejercicios realizados por ellos fortalecerán lo aprendido de la lectura.</p> <p>Técnica: Dominio y agrado</p> <p>Desarrollo: Al concluir la sesión se mostrará un cuadro con los valores ya mencionados en el cual los niños deberán calificarse de manera general como los aplican dentro de la escuela, compañeros, padres y maestros.</p>
Cierre	<p>Dinámica: “Aclaración de Valores”</p> <p>El ponente distribuirá una hoja con frases a cada uno de los niños para que puedan escoger la más importante entre las tres. Las tres frases serán: 1.-Ser generosa con las personas 2.-Tener amigos comprensivos 3.- No burlarse de las personas.</p> <p>Una vez hecha la elección se formarán subgrupos, juntándose los miembros de acuerdo con la elección hecha, tendrán un tiempo de 10 minutos para reflexionar la frase y hacer una pequeña interpretación para sus demás compañeros para reforzar el tema de valores.</p>

Sesión 10	Tema: Escudo
Objetivo	Fomentar el autoconocimiento en los niños a partir de sus características personales de manera simbólica y creativa a través de dibujos y lecturas.
Tiempo:	2:00 horas.
Actividad de inicio	<p>Dinámica de inicio: “Juego del sobre”</p> <p>Desarrollo: Se entrega una hoja con un sobre a cada niño se les explica que en la hoja deben escribir tres defectos que reconocen de sí mismos, también pueden ser características que no les gusten de sí y que desearían cambiar, una vez terminada deberán meter la hoja dentro del sobre el cual tendrá su nombre, deberá pasar el sobre al compañero de junto y este deberá escribir tres virtudes que reconoce de la persona tendrá que escribirlo por la parte de fuera del sobre y pasará el sobre hasta llegar al dueño.</p> <p>De esta manera mostrara que si bien todos tenemos defectos también tenemos mayores virtudes.</p>
Contenido temático	A partir de la exploración de las cualidades y características positivas propias, los niños consiguen un mayor conocimiento de la identidad personal y desarrollan su autoestima de esta manera serán capaces de expresar al grupo los aspectos positivos que hacen estar orgullosos de sí mismos.
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cartulina ➤ Colores ➤ Hojas blancas ➤ Hoja de trabajo cierre (Cuento la Rosa blanca)
Desarrollo	<p>1ª actividad: “ Mi Escudo”</p> <p>Técnica: Detección de pensamientos (Albert Ellis)</p> <p>Desarrollo: entrenar a excluir antes de su formulación pensamientos indeseables por lo cual mediante esta actividad ayudar a los niños a identificar y comprender el equilibrio de su poder personal, los escudos sirven como arma defensiva, pero también para exhibir información simbólicamente de sus habilidades, miedo, sueños y deseos.</p> <p>Se hará entrega de una cartulina en la cual deberán dibujar un escudo con cuatro espacios las cuales deberán plasmar que es lo que los identifica como personas (habilidades, miedos, sueños y deseos) para forman su identidad. Es una actividad para reflexionar acerca de sus principios y valores. Al término de los dibujos cada niño deberá dar una pequeña explicación acerca de su dibujo.</p> <p>Pueden dibujar cualidades de las que se sientan orgullosas o</p>

	<p>habilidades que les gustaría desarrollar, pueden ser miedos respecto a situaciones presentes o miedos sobre su futuro, pueden ser sobre sueños aislados o sobre sueños recurrentes y por ultimo pueden ser sobre deseos materiales o sobre deseos respecto a adquirir determinadas opciones o habilidades. El escudo se convierte en un reflejo de cómo el niño se ve a sí mismo.</p> <p>2da. Actividad: “El árbol”</p> <p>Técnica: Imaginería</p> <p>Desarrollo: Los niños experimentan pensamientos automáticos (verbales) no expresados en su mente, pero también fotografías mentales o imágenes. Se pretende evocar imágenes en los niños positivamente en caso de tener un pensamiento negativo, invitar al niño a identificar su imagen y luego vuelva a evocarla y cambie el final pueden ser cambios reales o mágicos</p> <p>Los niños han de dibujar un árbol con raíces, ramas, hojas y frutos. En las raíces escribirán las cualidades positivas que cada uno creen tener, en las ramas deberán especificar las acciones que suelen poner en práctica en relación a las cualidades y por último los frutos representarán el resultado positivo que creen conseguir. A continuación los niños formaran grupos de cuatro personas y cada uno pondrá en el centro del grupo su dibujo, y hablará del árbol en primera persona, como si fuese el árbol.</p>
Cierre	<p>Dinámica: “Cuento la Rosa blanca” (anexo J)</p> <p>Técnica: Biblioterapia</p> <p>Desarrollo: Su objetivo es el uso de la lectura para el desarrollo personal, se suelen usar de forma individual o colectiva es un método que ejerce un efecto positivo modificando actitudes y conductas.</p> <p>Como forma de concluir la sesión se repartirán hojas las cuales contiene un pequeño cuento que habla acerca de la autoestima y al finalizar tendrán que contestar unas preguntas reflexionando la lectura y de manera grupal tendrán que explicar el objetivo del cuento, cualquier duda que los niños comenten el ponente estará de apoyo.</p>

Sesión 11	Tema: Autoestima
Objetivo	Identificar características positivas, hacer conciencia de la imagen que tenemos de nosotros mismos y valorar acciones de los demás de la forma más adecuada.
Tiempo:	2 horas.
Actividad de inicio	<p>Dinámica: “El tesoro Humano”</p> <p>Desarrollo: El ponente con anticipación hará una ficha con las instrucciones que los niños deberán seguir.</p> <p>Hoja de búsqueda del tesoro (Anexo K)</p> <p>Una vez hecho esto el ponente repartirá las hojas de búsqueda y explica que deberán conversar con los demás, tratando de seguir las instrucciones de la hoja. Cada participante debe intentar llenar la hoja con los nombres de las personas que hayan encontrado que respondan a las preguntas de las hojas.</p>
Contenido temático	<p>La autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos, es decir lo que nos queremos y esto depende de la imagen que los demás tienen de nosotros y de la nuestra propia. El desarrollo de la autoestima en los niños favorece la relación con su ambiente familiar, escolar y social.</p>
Materiales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lápiz ➤ Hoja de trabajo búsqueda del tesoro ➤ Hoja de cuento (Lo he superado y lo superaré) ➤ Hoja de la escalera ➤ Hoja de test Coopersmith segunda aplicación (Anexo C)
Desarrollo	<p>1ª Actividad: “Juego de la profesiones”</p> <p>Técnica: Terapia de juego</p> <p>Desarrollo: Fomentando la participación se le pide la niño que selecciones dos profesiones que les gustaría hacer, en la orientación para hacer la selección pedir que tomen en cuenta que es lo que les gusta y que creen que es lo que mejor saben hacer, deberán realizar una lista de todas las profesiones que recuerden, esta actividad se planeará con un día de anticipación para que los niños puedan hacer una representación teatral. Cada uno hará el trabajo que seleccione y se pedirá que al terminó de cada representación se aplauda siempre fortaleciendo el talento de los niños.</p> <p>2da. Actividad: “Lo he superado y lo superaré” (Anexo L)</p> <p>Técnica: Biblioterapia”</p> <p>Desarrollo: Su objetivo es el uso de la lectura para el desarrollo personal, se suelen usar de forma individual o colectiva es un método que ejerce un efecto positivo modificando actitudes y conductas.</p>

	<p>En primer lugar el ponente contará el cuento de “Tamy, la pastelera” para trabajar autoestima (Anexo 8.1). Entre toda la clase se debatirá la importancia de aceptar tanto los triunfos como los fracasos como pasos que nos acercan al éxito. Al termino de esto se dirigirá un debate hacia nuestros propios triunfos y fracasos, y cómo nos han ayudado a llegar donde estamos ahora.</p> <p>3era. actividad: “ Escalera “ (Anexo M) Técnica: Graduar” (Albert Ellis) Desarrollo: Es útil para pacientes que ven las cosas de forma permanente. Se repartirá una ficha de “La escalera” a cada alumno en ella aparece un personaje a medio subiendo una escalera. En los escalones inferiores pediremos a los niños que escriban aquello que ya han conseguido. Y en los escalones superiores los aspectos que van a superar en breve, confiando en sus propias habilidades. Por último, daremos la oportunidad de exponer ante la clase las escaleras personales, únicamente a los niños que deseen mostrarlo.</p>
<p>Cierre</p>	<p>Actividad: “El mundo de las emociones” Desarrollo: Al azar se escogerán a los niños que deberán actuar como si fueran un “mimo”, es decir, se entregara a cada uno una tarjeta con el nombre y la descripción de una emoción. Posteriormente tendrán que expresarla lo más parecida posible, sin hablar ni escribir, tan solo utilizando la expresión de la cara y los gestos. Mientras uno representa los demás anotan la emoción que crean que está representando su compañero. Las instrucciones de las tarjetas serán del tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “te han contado un chiste y te ha hecho mucha gracia” • “te has caído y te has hecho daño” • “estás viendo una serie en la TV: que te encanta” • “llaman a tu puerta una noche y es muy tarde” • “ves un animal que te da muchísimo miedo: serpiente, araña, etc.” • “Estas en una fiesta con tus amigos/as” • “Un familiar querido se encuentra muy enfermo”

HOJA DE ANEXOS

ANEXO A

Anexo A-1. TEST DE AUTOESTIMA COOPERSMITH

VERSION ADAPTADA

Indicaciones para su aplicación

a) Las instrucciones son sencillas y claras y vienen impresas para el examinado en el cuestionario. Aunque esta prueba puede autoaplicarse es siempre importante establecer un trato con los examinados, ya sea individual o colectivamente.

b) Pida al examinado que llene los datos que se le piden (Nombre, edad, sexo, nombre de institución). Reforzar las instrucciones reiterando que no hay respuestas buenas ni malas, que traten de contestar lo más sincero posible.

c) La respuesta no se cronometra, pero es bueno recordar a los examinados que deben tardarse el tiempo que sea necesario, sin dar respuestas inmediatas y continuar.

d) Se recomienda aplicar en un lugar donde no habrá ninguna distracción para los menores ya que puede alterar el resultado de la prueba.

e) La aplicación del test tuvo que modificarse para conocer más a profundidad cómo se siente los niños mediante preguntas personales. La aplicación del test se dividió en dos partes debido a lo extenso del mismo de manera para no hacer tardado el test.

Anexo B. Test de Autoestima- Coopersmith Bloque 1

Nombre: _____

Edad: _____ Sexo: _____ No. Folio: _____

Instrucciones: Por favor responde a cada declaración de modo siguiente: Si la declaración describe cómo te sientes usualmente, pon una "X" en el paréntesis correspondiente en la columna debajo de la frase "igual que yo" (columna A). Si la declaración no describe cómo te sientes usualmente pon una "X" en la columna debajo de la frase "distinto a mí" (columna B). No hay respuestas correctas o incorrectas.

Pregunta	Respuestas	
1.- ¿Te gusta tú escuela? Si (___) No (___) ¿Por qué?		
2.- ¿Cuál es tu materia favorita? ¿Por qué?		
3.- ¿Te ayudan a hacer tus tareas? ¿Quién?		
4.- Menciona con quien vives		
5.- En tres palabras describe físicamente como te consideras		
6.- Cuándo te encuentras en casa que te gusta hacer? ¿Porque?		
7.- ¿Cuál es tu pasatiempo favorito? ¿Porque?		
Pregunta	Igual que YO(A)	Distinto a MÍ (B)
8.- Estoy seguro de mí mismo.		
9.- Deseo frecuentemente ser otra persona		
10.- Soy simpático		
11.- Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos		
12.- Nunca me preocupo por nada		

13.- Me abochorno (me da pena) pararme frente a mi salón para hablar		
14.- Desearía ser más sociable		
15.- Hay muchas cosas acerca de mí mismo que me gustaría cambiar si pudiera		
16.- Puedo tomar decisiones fácilmente		
17.- Mis amigos se divierten cuando están conmigo		
18.- Me incomodo en casa fácilmente		
19.- Siempre hago lo correcto		
20.- Me siento orgulloso de mi trabajo (en la escuela)		
21.- Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cosas nuevas		
22.- Frecuentemente me arrepiento de las cosas que hago		
23.- Soy popular entre compañeros de mi edad.		
24.- Mis padres se interesan en mis sentimientos		
25.- Nunca estoy triste		
26.- Estoy haciendo el mejor trabajo que puedo.		
27.- Me doy por vencido fácilmente		
28.- Usualmente puedo cuidarme a mí mismo		
29.- Me siento suficientemente feliz		
30.- Preferiría jugar con niños menores que yo		
31.- Mis padres esperan demasiado de mí		

Anexo C. Test de Autoestima- Coopersmith Bloque 2

Nombre: _____

Edad: _____ Sexo: _____ No. Folio: _____

Instrucciones: Por favor responde a cada declaración de modo siguiente: Si la declaración describe cómo te sientes usualmente, pon una “X” debajo de la frase “igual que yo” (columna A). Si la declaración no describe cómo te sientes usualmente pon una “X” debajo de la frase “distinto a mí” (columna B). No hay respuestas correctas o incorrectas.

Pregunta	Respuestas	
32.- ¿Qué es lo que te hace sentir contento? ¿Por qué?		
33.- ¿Qué tan contento te sientes con tu familia? ¿Por qué?		
34.- ¿Te gusta cómo te enseña tú maestra? ¿Por qué?		
35.- De todas las cosas que haces que es lo que más te divierte ¿Por qué?		
36.- ¿Tienes alguna mascota en casa? ¿Qué animal es?		
37.- ¿Te enfermas muy frecuentemente? ¿De qué?		
38.- ¿Cuánto te molesta algo a quién le cuentas? ¿Por qué?		
Pregunta	Igual que YO (A)	Distinto a Mi (B)
39.- Me cuesta comportarme como en realidad soy.		
40.- Las cosas en mi vida están muy complicadas.		
41.- Los demás (niños) casi siempre siguen mis ideas		
42.- Nadie me presta mucha atención en casa		
43.- .- Nunca me regañan		
44.- No estoy progresando en la escuela como me gustaría		
45.- Puedo tomar decisiones y cumplirlas		
46.- Realmente no me gusta ser niño (niña)		
47.- Tengo una mala opinión de mí mismo.		

48.- .- No me gusta estar con otra gente		
49.- Muchas veces me gustaría irme de casa		
50.- Nunca soy tímido		
51.- Frecuentemente me incomoda la escuela		
52.- Frecuentemente me avergüenzo de mí mismo		
53.- No soy tan bien parecido como otras personas		
54.- Si tengo algo que decir, usualmente lo digo		
55.- Pienso que mi comportamiento afecta a los demás		
56.- Mis padres me entienden		
57.- Siempre digo la verdad		
58.- Mi profesor me hace sentir que no soy gran cosa		
59.- A mí no me importa lo que pasa		
60.- Soy un fracaso		
61.- Me incomodo fácilmente cuando me regañan.		
62.- Las otras personas son más agradables que yo.		
63.- Usualmente siento que mis padres esperan más de mí		
64.- Siempre sé que decir a otras personas		
65.- Frecuentemente me siento desilusionado en la escuela.		
66.- Generalmente las cosas no me importan		
67.- No soy una persona confiable para que otros dependan de mí		

Anexo D. Tema Autovaloración

Nombre: _____ Edad: _____

Escuela: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Toma tu tiempo para contestar lo más honesto posibles a cada situación, recuerda que no hay respuestas malas.

Para conocerte mejor...

1) Haz una descripción de ti mismo

a) Imagina que estas frente a un espejo; describe tú propia imagen, tan detallada como sea posible.

Físicamente soy: _____

b) Recuerda qué actividades realizas con facilidad

Soy hábil para: _____

c) ¿Cómo te relacionas con los demás?

Socialmente soy: _____

d) Soy un estudiante: _____

Anexo E. Tema: Autoaceptación

Nombre: _____ Edad: _____

Escuela: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Lee con atención y reflexiona cada situación contestando de manera honesta cada inciso, recuerda que no hay respuesta malas, tomar tú tiempo para analizarlas.

- Para mí no es fácil admitir que _____
- No puedo creer que en pasado yo _____
- No me es fácil aceptarme cuando yo _____
- Una de mis emociones que no me gusta aceptar es _____
- Una de mis acciones que no me gustan aceptar es _____
- Uno de mis pensamientos que no me gustan aceptar es _____
- Una de las partes de mi cuerpo que no me gusta aceptar es _____
- Si yo aceptara más mi cuerpo _____
- Si yo aceptara más las cosas que he hecho _____
- Si yo aceptara más mis sentimientos _____
- Si yo aceptara mis deseos y necesidades de forma honesta _____
- Lo que más me gusta de aceptarme es _____
- Si los demás vieran que me acepto más _____
- Lo bueno de no aceptarme sería _____
- Empiezo a darme cuenta de que _____
- Empiezo a sentir _____
- Si dejo de negar lo que siento _____

Anexo F. Tema: Yo soy

Nombre: _____ Edad: _____

Escuela: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Completa las siguientes frases tomando en cuenta las situaciones que vives en tu día a día. Toma tu tiempo si es necesario.

1.- Yo soy valiente porque una vez _____

2.- Yo soy fuerte porque una vez _____

3.- Yo soy alegre porque una vez _____

4.- Yo soy divertido porque una vez _____

5.- Yo soy creativo porque una vez _____

6.- Yo soy espontaneo porque una vez _____

7.- Yo soy sincero porque una vez _____

8.- Yo soy responsable porque una vez _____

9.- Yo soy confiable porque una vez _____

10.- Yo soy cooperativo porque una vez _____

11.- Yo soy independiente porque una vez _____

¡Gracias por la honestidad en tus respuestas!

Anexo G. Como valorarse a sí mismo.

Nombre: _____ Edad: _____

Escuela: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Escribe en los recuadros aspectos positivos y negativos de los rasgos físicos e intelectuales que tengas. Toma tu tiempo para pensar con claridad lo que se te está indicando.

Rasgos físicos

Rasgos intelectuales

Positivos	Parcialmente positivos	Negativos

Positivos	Parcialmente positivos	Negativos

Anexo H. Cuestionario autoimagen

Nombre: _____ Edad: _____

Escuela: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Marca con una (X) en la casilla correspondiente según te ocurra a ti CASI SIEMPRE, A AVECES o CASI NUNCA lo que indica cada inciso. Responde pensando que no hay respuestas “buenas” o “malas” y expresas lo que realmente sientes en cada situación.

Pregunta	Casi siempre	A veces	No, casi no
<i>Tengo peor suerte que los demás</i>			
<i>Me gusta correr riesgos y aventuras</i>			
<i>Soy limpio</i>			
<i>Soy trabajador</i>			
<i>Me siento triste</i>			
<i>Soy sincero</i>			
<i>Me dejo llevar por la pereza</i>			
<i>Confío en resolver mis problemas</i>			
<i>Me gustaría cambiarme por otra persona</i>			

<i>Las cosas nuevas atraen mi curiosidad</i>			
<i>Hago las cosas lo mejor que sé</i>			
<i>Soy descuidado (a)</i>			
<i>Hago las cosas peor que los demás</i>			
<i>Mi comportamiento es tímido</i>			
<i>Mis compañeros cuentan conmigo</i>			
<i>Me cuesta mucho hablar en público</i>			
<i>A los demás les agrada mi compañía</i>			
<i>Mis padres respetan mis sentimientos</i>			
<i>Renuncio con facilidad</i>			
<i>Bromeo con mis compañeros</i>			
<i>Mis padres esperan demasiado de mi</i>			
<i>Si tengo que decir algo , lo digo</i>			
<i>Creo que los demás se burlan de mí</i>			
<i>Me ven como alguien solitario (a)</i>			
<i>Creo que si propongo algo, no</i>			

aceptarán			
------------------	--	--	--

Corrección del cuestionario de autoimagen

Suma los puntos correspondientes a cada una de las respuestas que has marcado tomando en cuenta que el valor es el siguiente CASI SIEMPRE (1) A VECES (2) NO, CASI NO (3) y consulta lo siguiente.

Valoración:

- ✚ Si tu puntuación está entre los 25 y 29 tienes **imagen excelente de ti.**
- ✚ Si tu puntuación está entre los 30 y 40 tienes una **buena imagen de ti**
- ✚ Si tu puntuación está entre los 41 y 59 tienes una **imagen normal de ti.**
- ✚ Si tu puntuación está por encima de los 60 tienes **mala imagen de ti** te valoras por debajo tus cualidades.

Anexo I. Lectura de valores

El barrio de los artistas

Mike era un chico alegre, optimista y simpático. Nadie recordaba haberle visto enfadar, y daba igual lo que le dijeran, parecía incapaz de insultar a nadie. Hasta sus maestros se admiraban de su buena disposición para todo, y era tan extraño que incluso se corrió el rumor de que era debido a un secreto especial; y bastó que fuera secreto para que nadie pensara en otra cosa. Tanto preguntaban al pobre Mike, que una tarde invitó a merendar a don José Antonio, su profesor favorito. Al terminar, le animó a ver su habitación, y al abrir la puerta, el maestro quedó como paralizado, al tiempo que una gran sonrisa se dibujaba en su rostro. ¡La enorme pared del fondo era un único collage de miles de colores y formas que inundaba toda la habitación!. Era el decorado más bonito que había visto nunca.

Algunos en el cole creen que yo nunca pienso mal de nadie -comenzó a explicar Mike-, ni que nada me molesta o que nunca quiera insultar a nadie, pero es mentira. A mí me pasa como a todo el mundo. Y antes me enfadaba mucho más que ningún niño. Sin embargo, hace años con ayuda de mis padres comencé un pequeño collage especial: en él podía utilizar todo tipo de materiales y colores, siempre que con cada pequeña pieza pudiera añadir algún mal pensamiento o acción que hubiera sabido contener.

Era verdad. El maestro se acercó y en cada una de las pequeñas piezas se podía leer en letras finísimas "tonto", "bruto", "pesado", "aburrido" y otras mil

cosas negativas. - Así que comencé a convertir todos mis malos momentos en una oportunidad de ampliar mi collage. Ahora estoy tan entusiasmado con él, que cada vez que alguien me provoca un enfado no dejo de alegrarme por tener una nueva pieza para mi dibujo. De muchas cosas más hablaron aquel día, pero lo que el buen maestro no olvidó nunca fue cómo un simple niño le había mostrado que el secreto de un carácter alegre y optimista está en convertir los malos momentos en una oportunidad de sonreír. Sin decírselo a nadie, aquel mismo día comenzó su propio collage, y tanto recomendó aquel secreto a sus alumnos, que años después llamaron a aquel barrio de la ciudad, "El barrio de los artistas" porque cada casa contenía las magníficas obras de arte de aquellos niños optimistas.

Anexo I. Lectura de valores

Nombre: _____ Edad: _____

Escuela: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Escucha con atención la lectura y responde lo que se te pide en los siguientes ejercicios.

- Inventa otro título para esta historia:

- ¿Qué pretende enseñarnos el autor de este cuento?

- Contesta la siguientes preguntas:

¿Quién es el protagonista de la historia?

¿Cómo es?

¿Por qué todo el mundo lo admira?

¿Cuál es su secreto?

- Convierta esta historia en un comic.

Anexo J. Lectura de Autoestima “La rosa”

Nombre:_____ Edad:_____

Escuela:_____ Fecha:_____

Instrucciones: Lee con atención la lectura y responde lo que se te pide.

La rosa blanca

En un jardín de matorrales, entre hierbas y maleza, apareció como salida de la nada una rosa blanca. Era blanca como la nieve, sus pétalos parecían de terciopelo y el rocío de la mañana brillaba sobre sus hojas como cristales resplandecientes. Ella no podía verse, por eso no sabía lo bonita que era. Por ello pasó los pocos días que fue flor hasta que empezó a marchitarse sin saber que a su alrededor todos estaban pendientes de ella y de su perfección: su perfume, la suavidad de sus pétalos, su armonía. No se daba cuenta de que todo el que la veía tenía elogios hacia ella.

Las malas hierbas que la envolvían estaban fascinadas con su belleza y vivían hechizadas por su aroma y elegancia.

Un día de mucho sol y calor, una muchacha paseaba por el jardín pensando cuántas cosas bonitas nos regala la madre tierra, cuando de pronto vio una rosa blanca en una parte olvidada del jardín, que empezaba a marchitarse.

—Hace días que no llueve, pensó — si se queda aquí mañana ya estará mustia. La llevaré a casa y la pondré en aquel jarrón tan bonito que me regalaron.

Y así lo hizo. Con todo su amor puso la rosa marchita en agua, en un lindo jarrón de cristal de colores, y lo acercó a la ventana.- La dejaré aquí, pensó –porque así le llegará la luz del sol. Lo que la joven no sabía es que su reflejo en la ventana mostraba a la rosa un retrato de ella misma que jamás había llegado a conocer.

-¿Esta soy yo? Pensó. Poco a poco sus hojas inclinadas hacia el suelo se fueron enderezando y miraban de nuevo hacia el sol y así, lentamente, fue recuperando su estilizada silueta. Cuando ya estuvo totalmente restablecida vio, mirándose al cristal, que era una hermosa flor, y pensó: ¡¡Vaya!! Hasta ahora no me he dado cuenta de quién era, ¿cómo he podido estar tan ciega?

La rosa descubrió que había pasado sus días sin apreciar su belleza. Sin mirarse bien a sí misma para saber quién era en realidad.

Si quieres saber quién eres de verdad, olvida lo que ves a tú alrededor y mira siempre en tu corazón.

Contesta lo que se te pide de acuerdo al texto.

¿Qué pretende enseñarnos el autor de este cuento?

¿Te has sentido alguna vez como la flor? Explícalo:

Anexo K. Autoestima

HOJA DE BÚSQUEDA DEL TESORO

BIENVENIDOS

*Busca a cuatro personas que sean de lugares diferentes.

*Busca a una persona que tenga el mismo pasatiempo que tú.

*Busca a alguien que celebre su cumpleaños el mismo mes que tú.

*Busca a alguien que se sienta nervioso/a porque viene por primera vez.

*Busca a dos personas y juntas inventen una porra. Grítenla.

Anexo L. Cuento Tamy, la pastelera

Tamy era una chica alegre y amable. Su gran sueño en la vida era ser pastelera. Sin embargo, sus postres y pastelillos no eran precisamente los mejores de la región. Y es que Tamy era un completo desastre en la cocina: se le quemaban las galletas, metía los huevos enteros en la masa y sus pasteles siempre salían aplastados. Nunca había tenido ánimos siquiera para probar una de sus pastas, pues con la pinta que tenían, no se imaginaba cómo podían saber.

Un día, intentando hacer galletas de chocolate, confundió el azúcar con la sal, ¡qué desastre! En ese momento, Tamy se rindió, se fue a su cuarto y decidió nunca jamás volver a cocinar. “Nunca seré una buena pastelera”, pensaba.

Al día siguiente, cuando volvió a la cocina, ¡las galletas ya no estaban! ¡Se las estaban tomando sus padres y hermanos de desayuno! Tamy intentó avisarles de que estaban mal hechas, pero para su sorpresa, en vez de poner caras de asco, dijeron que estaban deliciosas. Aquel error había llevado a Tamy a crear unas galletas nuevas y riquísimas.

A partir de ese momento, volvió a cocinar, pero probando siempre los postres que hacía, y de este modo, y a base de confundirse, inventó las magdalenas de cereales crujientes, el pastel sabor a menta y los bollos rellenos de trozos de fruta. ¡Ahora sus postres son conocidos en toda la Ciudad!

Anexo M. La escalera



CAPÍTULO V

DISEÑO METODOLÓGICO

5.1 Enfoque de la investigación: Mixto

Para dicha investigación se eligió el modelo mixto que constituye el mayor nivel de integración entre dos enfoques cualitativo y cuantitativo en el cual ambos se combinan para enriquecer el resultado durante todo el proceso de investigación (Hernández, 2006).

Por lo que la presente investigación al referirse al enfoque cualitativo pretende describir mediante las entrevistas conocer la manera por la cual los niños forman su autoestima en base a su propio autoconcepto. No con esto mediante la observación durante las sesiones, el comportamiento que vayan tomando con los temas vistos y la reacción en ellos de manera individual tengan puede ir cambiando la idea que tienen para describirse a sí mismos.

Por lo tanto el enfoque cuantitativo hace referencia a la recolección de datos estadístico, con base a la información obtenida y medición numérica para establecer patrones de comportamiento y probar teorías. (Hernández, 2006)

Refiriéndonos al enfoque cuantitativo se entiende que de acuerdo a preguntas, cuestionarios y encuestas concretas sobre el tema a abordar se determinara la autoestima en los niños.

5.2 Alcance de la investigación: Descriptivo

Para la presente investigación se eligió el alcance descriptivo esta busca especificar las propiedades, las características y rasgos más importantes de una persona, grupos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis (Hernández i, 2006).

El desarrollo de la investigación pretende describir la autoestima en niños, donde permitan evaluar de manera más profunda la concepción que tienen de ellos mismos. Así de esta manera recoger información de manera individual o conjunta sobre los conceptos o múltiples variables a las que se refiere. Con apoyo de test y pruebas psicométricas evaluar, medir y recolectar información de cada una de ellas para describir la autoestima en el menor.

5.3 Diseño de la investigación: No Experimental

La investigación no experimental son aquellas investigaciones que se realizan sin la manipulación deliberadamente de variables mediante la simple

observación de fenómenos tal y como se dan en un contexto natural para después analizarlo. (Hernández, 2006)

Por lo que en esta investigación no se pretende intervenir en las situaciones que se vayan dando dentro del grupo ni del menor si no, mediante el estudio de la observación examinar situaciones ya existentes en su autoestima. No es posibles manipular las variables directamente ni influir en ellas debido a que ya sucedieron ala igual que sus efectos.

5.4 Tipo de investigación: De campo

La investigación de campo se presenta mediante la manipulación de una variable externa no comprobada, en condiciones rigurosas controladas, con el fin de describir de qué modo o por que causa se produce una situación o acontecimiento particular (Soto,2010).

5.5 Delimitación de la población o universo

La muestra quedo conformada por 56 niños que se encuentran en la etapa de infancia intermedia, que abarcan edades de los 8 a 12 años que acuden a la escuela Josefa Ortiz de Domínguez.

5.6 Selección de la muestra: No probabilística

La muestra no probabilística supone un procedimiento de selección informal en la que la elección de elementos no depende de la probabilidad si no se las características de la investigación (Hernández, 2006).

Los datos no pueden generalizarse a una población debido a que la elección de los participantes no depende de que todos tengan la misma probabilidad de ser elegidos, sino más bien por la decisión de la persona a encuestar.

5.7.1 Instrumento de prueba

Bitácora

Es un cuaderno en el cual se colocan todas las actividades de manera cronológica que se realizan en el día en el cual incluyen actividades que comprenden el proyecto, soluciones, avances, observaciones, posibles obstáculos en el proyecto, resultados y todo tipo de información que crean conveniente.

5.7.2 Test de Autoestima- Coopersmith versión niños

El inventario de Autoestima de Coopermith corresponde a un instrumento de medición cuantitativa de la autoestima el cual consiste en 58 ítems referido a las percepciones del sujeto en cuatro áreas: Autoestima general, social, hogar y padres, escolaridad académica y una escala de mentira de ocho ítems, estas corresponden a los siguientes criterios:

- Autoestima General: Corresponde al nivel de aceptación con la que la persona valora sus conductas autodescriptivas.
- Autoestima social: Corresponde al nivel de aceptación con la que la persona valora sus conductas descriptivas en relación con sus pares.
- Autoestima Hogar y Padres: Corresponde al nivel de aceptación con la que la persona valora sus conductas autodescriptivas en relación con sus familiares directos.
- Autoestima Escolar Académica: Corresponde al nivel de aceptación con la que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus condiscípulos y profesores.

Cada ítem respondido en sentido positivo es computado con 2 puntos, se suman los puntajes correspondientes a cada una de las escalas del instrumento. Si el puntaje total obtenido resulta muy superior al promedio (T= 67 o más) significa que las respuestas del sujeto son poco confiables e invalidan la aplicación del inventario.

El inventario de Autoestima de Coopersmith tiene una alta confiabilidad de consistencia interna que presenta mayor a **.85**, así mismo evalúa a las cuatro áreas en Sí mismo, Hogar, Social y Escuela, además cuenta con una escala de mentira que mide la sinceridad en las respuestas del infante.

5.7.3 Test de la familia

Es una prueba de personalidad proyectiva que se administra a partir de los 5 años en ella se analiza la percepción que tiene el niño de su propia familia y del lugar que ocupa en ella. Se le pide al niño que dibuje una familia, en cuanto termine se pide que lo explique, se anota la explicación y se hacen preguntas del tipo: ¿Dónde están? ¿Qué hacen ahí? ¿Cuál es el más bueno de todos en esta familia? ¿Por qué? ¿Cuál es el más malo? ¿Por qué? ¿Cuál es el más feliz? ¿Por qué? ¿Tú en esta familia a quién prefieres?, etc.

Al término de las preguntas se hace la interpretación tomando en cuenta en análisis de cuatro planos:

- 1.-Plano Gráfico: trazo, ritmo del trazo y sector de la página.
- 2.-Plano de estructuras formales: Niños sensoriales o racionales.

3.-Plano de Contenido: Ambiente amenazante, angustia frente a un peligro, agresividad, desplazamiento, auto-desvaloración, negación, mecanismos de defensa, relación a distancia y símbolos de animales.

Interpretación Psicoanalítica.

La mayoría de los dibujos que los niños hacen acerca de sus familias no representa a la familia real y objetiva, sino que se producen alteraciones más o menos importantes a través de las cuales se manifiestan los sentimientos de los infantes. En el dibujo habrá de preguntarse en qué nivel se sitúa la proyección, deseos que proyecta en cada dibujo y la identificación defensiva.

Investigar en el dibujo mecanismos de defensa que utiliza el niño frente a distintas fuentes de angustia, que se ven acentuadas por medio de: valorización, desvalorización, relación a distancia y símbolos animales.

La observación y el estudio detallado del dibujo permiten conocer a la familia del niño tal como él se la representa, lo que es más importante para él.

5.7.4 Test Autoimagen

El cuestionario para la evaluación de la autoestima consta de 25 ítems; de los cuales se refieren a cualidades propias de la autoestima y 3 pertenecen a una escala de autocrítica. Este cuestionario presenta una estructura factorial, en la que se puede señalar los siguientes factores o dimensiones de la autoestima:

- ✓ Autoestima física: Esta evaluación pretende evaluar la opinión que tienen los alumnos respecto a su apariencia corporal.
- ✓ Autoestima general: Esta dimensión de la autoestima presenta una estrecha relación con el índice de autoconcepto total.
- ✓ Autoestima de comportamiento académico/ intelectual: Recela cuáles son las autopercepciones que tienen los alumnos con relación a su rendimiento y a sus capacidades de tipo intelectual o académico.
- ✓ Autoestima emocional: Esta dimensión pone de relieve en qué medida los niños responden de forma íntegra y con capacidad de autocontrol ante determinadas situaciones difíciles con las que se encuentran en la vida cotidiana.
- ✓ Autoestima de relaciones con los otros: Esta dimensión la autoestima revela cuál es la percepción que tiene el alumno respecto a sus relaciones con los padres y con los profesores.

A estas dimensiones señaladas hay que añadir un índice independiente de autocrítica; y un índice de autoconcepto total, que representa la suma de las

puntuaciones de todas las dimensiones del autoconcepto. En el índice general no se toman en cuenta las puntuaciones de la escala independiente de autocrítica.

Criterios de corrección:

Se suman los puntos correspondientes a cada una de las respuestas que has marcado consultando la siguiente tabla:

Puntuación entre 25 y 29	Imagen excelente de sí mismo/a
Puntuación entre 30 y 45	Buena imagen de sí mismo/a
Puntuación entre 41 y 59	Imagen aceptable de sí mismo/a
Puntuación por encima de 60	Mala imagen de sí mismo/a

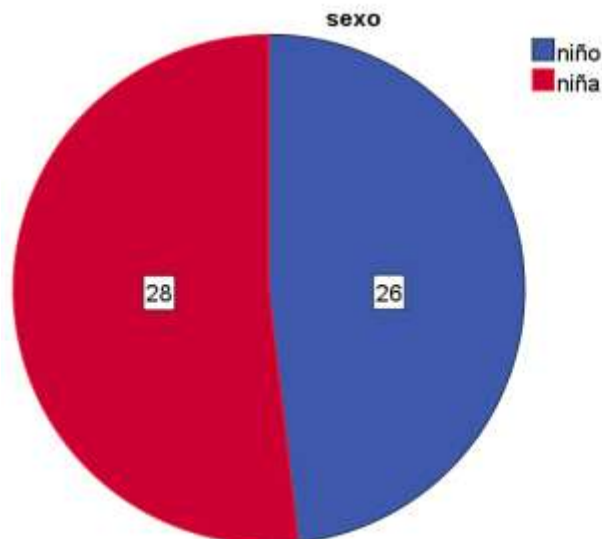
CAPITULO VI

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.

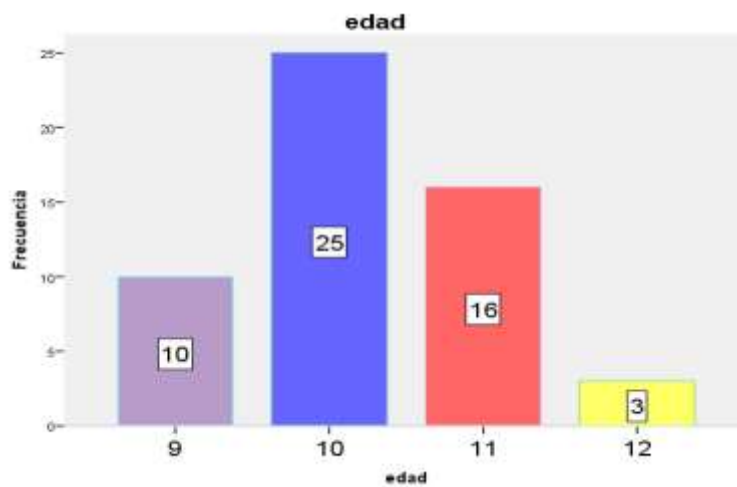
6.1 Datos generales

La muestra total constó de 56 niños, con una edad entre los 9 y 12 años. A continuación se describirán los resultados obtenidos en el taller “Yo me quiero, Y, tú te quieres” aplicado a niños de entre 9 y 12 años en la escuela primaria Josefa Ortiz de Domínguez de Ciudad Mendoza municipio de Camerino Z. Mendoza, Ver.

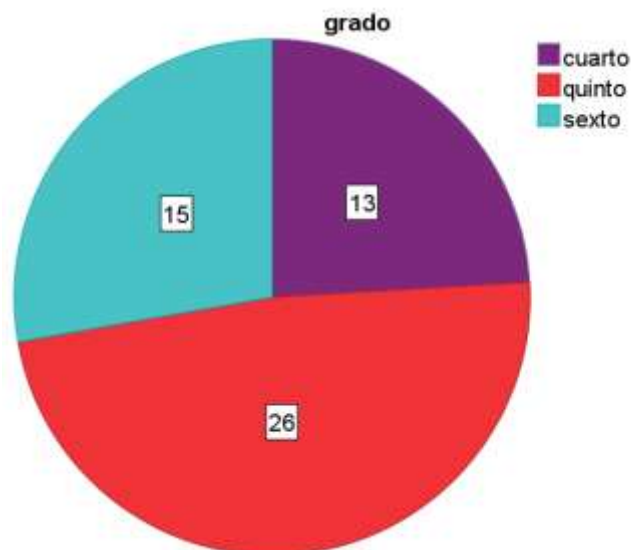
En la **gráfica 1** se puede mostrar el total de niños de 4to, 5to y 6to año que corresponden en su gran mayoría con 28 niñas y 26 niños distribuidos en los entre los tres grupos.



En la siguiente **gráfica 2** se puede observar las edades correspondientes registradas de 4to., 5to., y 6to. Destacando la edad de 10 años con 25 niños, como segundo encontramos la edad de 11 con 16 niños, en tercer lugar corresponden 9 niños con 10 años y finalizamos con 3 niños con tan solo 12 años de edad.



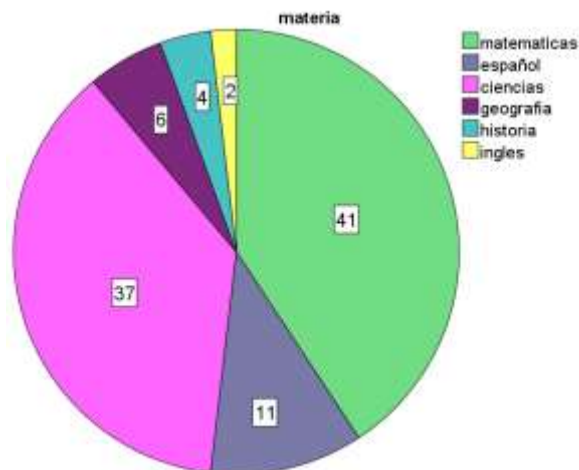
En La siguiente **gráfica 3** se muestra la población de alumnos correspondientes por grupo observando 13 niños de 4to, 26 niños de 5to y 15 niños de 6to, con el resultado total de 54 infantes.



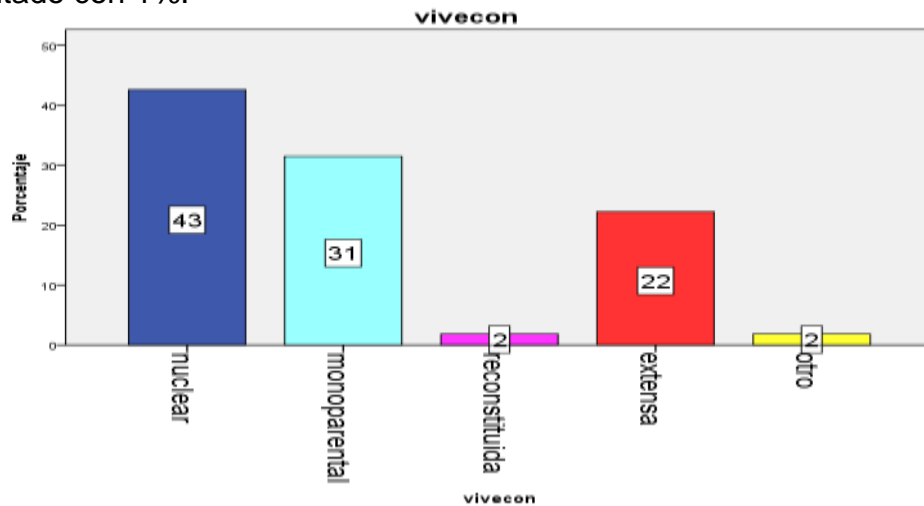
En la siguiente **gráfica 4** los resultados de la aplicación del test al preguntar si les gustaba la escuela se puede observar que solo 2 niños respondieron No representados con el 4%, por otra parte en su mayoría 52 niños contestaron que Si les gusta la escuela representados con un 96%.



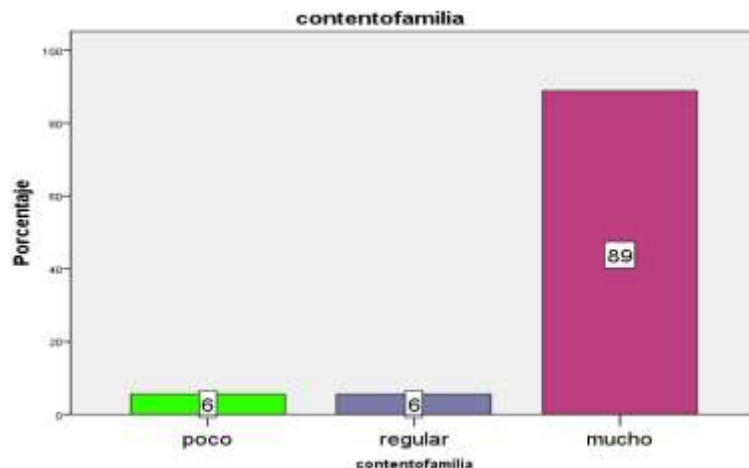
En la siguiente **gráfica 5** se muestra el porcentaje total que los niños respondieron al preguntar en el test que materia era de su preferencia a los cual en su mayoría 22 eligieron matemáticas representado con un 41%, como segunda opción 22 eligieron ciencias naturales con un 37%, como tercera opción 6 eligieron español con un 11% y dentro de las últimas encontramos a 3 que eligieron geografía con un 5%, 2 eligieron historia con un 3% y con 1% solo un niño eligió inglés.



En la siguiente **gráfica 6** se observa el resultado de la pregunta del test ¿con quienes vives? Marcando 23 niños viven dentro de una familia nuclear representado con 23%, 17 comentaron el tipo de familia monoparental con un 31%, 2 respondieron familia extensa con un 22%, 1 niño viene de familia reconstruida con un 1% y por último 1 niño comento que solo vive con hermanos representado con 1%.



En la siguiente **gráfica 7** al realizar la pregunta que tan contento se sentían con su familia de manera general 3 eligieron llevarse poco representado con 6%, como segunda opción 3 eligieron que se llevan regular representado con un 6% y en su gran mayoría 48 niños eligieron que se sienten muy bien con su familia representado en la gráfica con un 88%.



6.2 Análisis estadísticos

En la tabla 1 los resultados que se obtuvieron en la aplicación del test Coopersmith en los 54 niños corresponden a la siguiente tabla que se muestra a continuación.

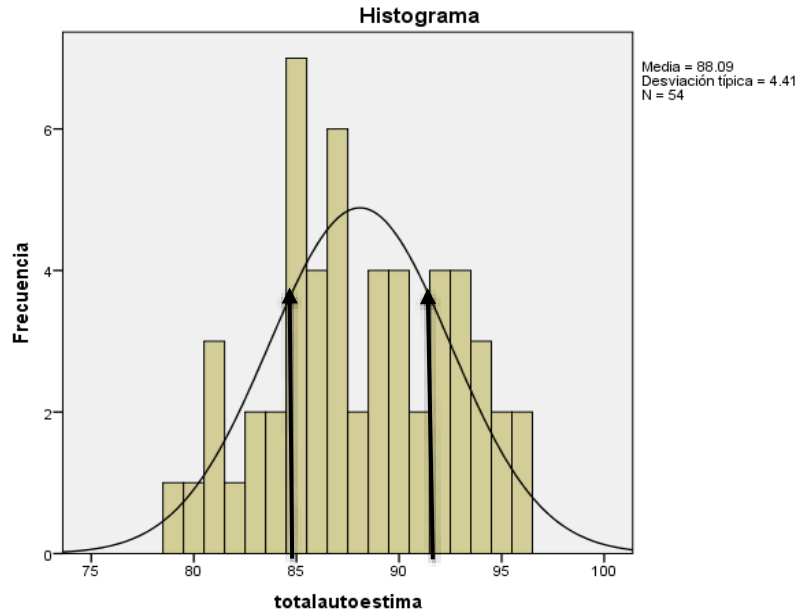
Estadísticos
totalautoestima

N	Válidos	54
	Perdidos	0
	Media	88.0926
	Mediana	87.5000
	Desv. típ.	4.40955

En la siguiente **gráfica 8**. Se puede apreciar los parámetros obtenidos mediante la primera aplicación del test Coopersmith para medir el nivel de autoestima en los niños.

Los perfiles se obtuvieron en base a la desviación típica del instrumento la cual es de 4 y cuenta con una media de 88, lo cual refiere que sumando la desviación nos da 92 y restándole obtenemos 84.

Lo cual indica que el nivel promedio esta entre 84 y 92, por debajo de 84 indica por debajo del promedio y por arriba 92 arriba del promedio de autoestima.



A continuación en la tabla 1. Se muestran los perfiles para cada puntaje:

Muy bajo	≤ 79	El infante tiene carencia en cuanto a su autoestima dentro de su ámbito general, social, hogar y escolar, son niños aislados del resto de sus compañeros que no permiten acercamiento con personas ajenas a ellos, mostrando incluso empatía, necesitan mucho apoyo y afecto de las personas cercanas a ellos.
Bajo	80-84	El infante tiene conflictos para resolver sus problemas ya que se muestra tímido y sensible a su ambiente, sin embargo permite acercamiento y aceptación de personas que los rodean, requiere de trabajo extra para modificar pensamientos que dañan su autoestima a nivel intelectual y social.

Medio	85-92	El infante con esta puntuación cuenta con autoestima media sin embargo no es suficiente para ser un niño con autoestima optima debido a limitaciones para relacionarse con sus compañeros, familia y en su entorno aunque con un poco de ayuda y esfuerzo propio lo puede llegar a ser.
Alto	93-96	El infante cuenta con los recursos necesarios para resolver problemas por el mismo, proyectando seguridad física e intelectual por lo que no tiene miedo de mostrar sus sentimientos.
Muy alto	≥96	El infante proyecta seguridad con cualquier persona que se le presente no tiene miedo de ser vulnerables debido a que se sientes seguros de sí mismo, son niños participativos, que mantienen relaciones afectivas con papás lo que fomenta en ellos confianza.

Como se observa en la siguiente tabla 1. Los resultados generales nos arrojan que en la primer aplicación solo 1 niño se ubican con puntuaciones muy bajas del promedio, 9 niños se encuentran bajos, 33 niños se localizan dentro del promedio y 11 de ellos obtuvieron puntuaciones altas teniendo un autoestima alta.

		totalautoestima				
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
MUY BAJO	79.00	1	1.9	1.9	1.9	
	80.00	1	1.9	1.9	3.7	
BAJO	81.00	3	5.6	5.6	9.3	
	82.00	1	1.9	1.9	11.1	
	83.00	2	3.7	3.7	14.8	
Válidos	84.00	2	3.7	3.7	18.5	
	85.00	7	13.0	13.0	31.5	
	86.00	4	7.4	7.4	38.9	
	87.00	6	11.1	11.1	50.0	
	MEDIO	88.00	2	3.7	3.7	53.7
		89.00	4	7.4	7.4	61.1
ALTO	90.00	4	7.4	7.4	68.5	
	91.00	2	3.7	3.7	72.2	
	92.00	4	7.4	7.4	79.6	
	93.00	4	7.4	7.4	87.0	
MUY ALTO	94.00	3	5.6	5.6	92.6	
	95.00	2	3.7	3.7	96.3	
Total	96.00	2	3.7	3.7	100.0	
		54	100.0	100.0		

6.3 Resultados estadísticos segunda aplicación

En la aplicación del segundo test los resultados fueron favorables se puede observar que no encontramos a ningún niños por debajo de 79 como en la tabla 1 correspondiente a la primera aplicación. Los resultados generales de la segunda aplicación indican modificaciones en cuando a los niveles de

autoestima en los niños, marcando puntajes mayores donde se puede mostrar 3 niños baja autoestima, estableciendo que en su gran mayoría 41 niños se sitúan en un promedio medio, 8 niños se encuentran alta autoestima y 2 niños llegaron al nivel muy alto de autoestima, donde en el primer resultado no arrojó a ningún niño llegando a estos parámetros.

Al comparar las tablas de primer y segunda aplicación se puede mostrar que los niños tuvieron un cambio significativo se redujo el número de niños con baja autoestima, colocándose en su gran mayoría en promedio medio, llegando a un nivel alto y en algunos casos sobrepasaron los estándares llegando a concluir con un alta autoestima.

Muy bajo	Bajo	medio	Alto	Muy alto
≤ 79	80-84	85-92	93-96	≥96
RESULTADO DE PRIMERA APLICACIÓN				
1	9	33	11	0
RESULTADO DE SEGUNDA APLICACIÓN				
0	3	41	8	2

totalautoestima2

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	83.00	1	1.9	1.9
	84.00	2	3.7	5.6
	85.00	5	9.3	14.8
	86.00	5	9.3	24.1
	87.00	5	9.3	33.3
	88.00	5	9.3	42.6
	89.00	11	20.4	63.0
Válidos	90.00	4	7.4	70.4
	91.00	1	1.9	72.2
	92.00	5	9.3	81.5
	93.00	4	7.4	88.9
	94.00	2	3.7	92.6
	95.00	2	3.7	96.3
	97.00	1	1.9	98.1
	100.00	1	1.9	100.0
Total	54	100.0	100.0	

6.4 Resultados Cualitativos del curso taller.

Los resultados de la propuesta de investigación aplicada a los niños de la escuela primaria “Josefa Ortiz de Domínguez” de la ciudad de Camerino Z. Mendoza, Ver serán presentados a continuación.

El curso taller se encuentra conformado con 10 sesiones las cuales mediante un tiempo aproximado de mes y medio de 1:30 a 2:00 horas dando un

total de veinte horas establecidas por sesión se realizó sin problemas el curso taller junto con el apoyo del director de la institución así como la participación de las maestras de los tres grupos a abordar se pudo obtener un resultado positivo para los infantes, independientemente de los problemas que presentan en su ámbito familiar se fue creando un grupo participativo en donde entre ellos mismos pudieran apoyarse, dejando a lado los malos comentarios dentro del aula y fomentando al cambio positivo de pensamiento para ellos mismos, así como para las personas que los rodean.

Al principio del Curso- Taller se realizó una breve introducción a los niños de los temas que se abordarían así como actividades que realizarían para que estuvieran familiarizados con ciertos temas y captar su interés. Posteriormente las pruebas psicométricas comenzaron para conocer el ambiente familiar de cada niño y cómo se siente identificado con ella, al término de la aplicación de pruebas y del test Coopersmith se inició con una dinámica de romper hielo para crear un ambiente de confianza y comenzaron a realizar las actividades para que conocieran los términos a trabajar.

El desenvolvimiento de los niños a lo largo de las sesiones fue notorio en su comportamiento, mediante material de apoyo se observó un mayor control de los niños respondiendo satisfactoriamente como apoyo a las maestras, logrando que los infantes reflexionaran de la importancia del autoconcepto por lo que ellos

esperan la aceptación de las maestras para sentir que lo que están haciendo está bien, al terminó de las sesiones se entablaba una plática con cada maestra para abordar el tema visto y recolectar información de los niños.

La mayoría de ellos tiene pensamiento erróneos de ellos mismos y por lo tanto se muestran tímidos y observados, incluso en los salones de 5to y 6to años los cambios físicos que tiene alguno niños les cuesta trabajo aceptar, entre ellos tratan de no tener mayor contacto debido que comienzan a sentir sentimientos por compañeros de su mismo salón por lo que en algunos sus cambios de conducta son muy drásticos para llamar la atención de sus compañeros.

Los niños lograron interesarse por los temas vistos durante las sesiones, participaban y alimentaban a compañeros a participar, esforzándose cada vez más en sus trabajos y en la manera que expresaban sentimientos.

Dentro de las investigaciones de autoestima se puede encontrar con poca información para tener un mayor conocimiento de la misma por lo que se intentó recaudar la mayor información que pudiera ayudar al trabajo de investigación. Existen pocos talleres, trabajos e instrumentos que puedan servir de apoyo por lo que al momento de encontrar un test que pudiera tener confiabilidad y validez los resultados no fueron muy favorables por lo que de las opciones que se tenían se escogió el más adecuado para el trabajo de investigación.

CONCLUSIÓN

Durante el desarrollo de la investigación se pudo observar que la autoestima en los niños está influida por la percepción de las diferentes dimensiones del Autoconcepto, arrojando que toda las dimensiones (físico, social, hogar, escolar, amistad) se correlacionan positivamente con la variable Autoestima, sin embargo se observó que las más fuertemente es la apariencia física, la conducta, en tercer lugar la social y por último la instancia académica en donde el grupo que destaco fue 5to año el grupo es más unido a su maestra apoyando a sus alumnos, formando niños capaces de resolver problemas por ellos mismos y generando la participación del grupo.

En los resultados del curso taller de Autoestima no sé encontró diferencias entre niños y niñas con respecto a la manera en cómo se ven a sí mismos, así como tampoco en la edad que presentan y tampoco en el grado escolar por otro lado los problemas afectivos en casa influye en su autoestima dependiendo al núcleo familiar en los infantes, mediante el material de apoyo incitaba a los niños a tener buena visión y modificar pensamientos en ellos mismo permitiendo un cambio positivo en ellos.

En su gran mayoría los niños aprendieron a valorarse, respetar a sus compañeros, mantener a su familia cerca, aceptarse tal cual son, expresar sentimientos, buscar apoyo cuando lo necesiten, controlar emociones, estudiar

para salir adelante son parte de las contestaciones de los niños al término de las sesiones.

Se estableció desde un principio el respeto ante sus compañeros y maestros reforzando siempre los valores como punto de apoyo, los niños no sabían que existían valores que repercuten en la conducta de las personas por lo que se reforzaba en cada sesión.

Se ha comprobado en varios estudios que la autoconfianza, la autoestima, la seguridad, la capacidad de compartir y amar, e incluso las habilidades intelectuales y sociales, tienen sus raíces en las experiencias vividas durante la primera infancia, en un contexto determinado como la escuela y hogar donde se respira un ambiente de cariño, de respeto, de confianza y de estabilidad los niños se crían y desarrollan psíquica, social y culturalmente más sano, seguros y se relacionan con el exterior de esta misma forma, con una actitud más positiva, constructiva y competitiva hacia su futuro desarrollo como niño, pre-adolescente, adolescente y adulto para (Moreno,2000).

En la forma para desarrollar autoestima podemos considerar 3 puntos fundamentales: la apariencia física, siendo este punto de inicio para formar una imagen personal, el sentido de competencia personal que se alimenta de las

opinión propia, el desempeño de escuela, así como juicios de las personas que nos rodean y por último el apoyo que se recibe de los demás, el respeto que le tengan las personas importantes de su vida cuya distribución es vital.

En la medida que la autoestima sea sólida se puede enfrentar de manera eficiente, los diferentes problemas que se presenten en la vida. Las personas que no se valoran positivamente son susceptibles de tener problemas y buscar culpables por otro lado quienes poseen autoestima alta saben que quieren, aceptan y asumen su responsabilidades. Si un estudiante tiene baja autoestima, está influye reduciendo su energía y entusiasmo al estudiar y comprometerse en esta actividad; como consecuencia, disminuye su competencia escolar. El estudiante se desvaloriza, se aleja y no participa, si las tareas se complican o dificultan las abandona.

Durante la aplicación de dicho taller los participantes se mostraron interesados y dispuestos a llevar a cabo todas las actividades. Al inicio se aplicó un pretest de Autoestima a los niños donde se obtuvieron los resultados de dicho test detectando niños con baja autoestima.

Al finalizar la propuesta se aplicó nuevamente el test de Autoestima, obteniendo una respuesta favorable en el incremento de niños con baja autoestima, pasando a su gran mayoría con autoestima promedio de ellos e incluso llegando a obtener una muy alta autoestima al terminó de las sesiones, por lo que un trabajo constante con los niños pueden modificar pensamiento negativos de ellos mismos a pensamientos positivos que mediante la adquisición de esta se pueda construir activamente una imagen personal asignando un valor a partir de las opiniones de las personas que son significativas para los niños.

REFERENCIAS

- ✚ Anderson, J. (2001), *Aprendizaje y Memoria un enfoque Integral*, MC Graw Hill, México.
- ✚ Andradem Castro, Jesús Alberto; Campo-Redondo, María Susana; (2008). *Tecnologías de información: inclusión en la educación basada en lo digital*. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, enero-marzo, 223-248.
- ✚ Arias Velandia, Nicolás; Flórez Romero, Rita; (2011). *Aporte de la obra de Piaget a la comprensión de problemas educativos: su posible explicación del aprendizaje*. *Revista Colombiana de Educación*, Enero-Junio, 93-105.
- ✚ Cacglar, H. (1985) *La psicología escolar*, Fondo de cultura escolar, México.
- ✚ Calleja, N. (2011) *Inventario de escalas Psicologicas en México 1984-2005*. Recuperado el día 15 de Febrero el 2018 de : <file:///C:/Users/laura/Desktop/ESCALAS/InventarioEscalasPsicosocialesNaziraCalleja%20escala%20de%20autoestima%20pag.%20104%20chechar.pdf>
- ✚ Castañeda, J. (2001), *Orientación Educativa 1 estrategias de aprendizaje y adaptación escolar*, MC Graw Hil, México.
- ✚ Chavarría, D y González, M. (2006) *Autoestima desde un enfoque Humanista*. Recuperado el día 13 de marzo del 2018 de : <http://200.23.113.51/pdf/23181.pdf>
- ✚ Cueli, J., Reidl, L. Martí, C. (1990) *Teorías de la personalidad*. Trillas, México.
- ✚ Freeman, A. y Reineke, M. (2010) *Terapia Cognitiva aplicada a la Conducta Suicida*, Desclée, México.
- ✚ Ferrel, F., Velez, J., Ballesta, L. (2014) *Factores psicológicos en adolescentes escolarizados con bajo rendimiento académico: depresión y autoestima*. Recuperado el día 13 de marzo del 2018 de:

http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/1031/1/2014_Factores%20Psicologicos_Rev.Encuentros.pdf

- # García, A., Calvo, P., Marrero, G. (2006) La autoestima en alumnos de sexto curso de educación primaria. Recuperado el día 13 de marzo del 2018 de : <http://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311018.pdf>
- # García, T. (2007) Diccionario enciclopédico. Larousse, México.
- # Garzón, A. (1993) Gran diccionario enciclopédico visual. Encas, México.
- # Graue, E. y Lomelí, L. (2007) Revista electrónica de Psicología Iztacala. Recuperado el día 26 de Diciembre del 2017: (<http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/18979/18005>)
- # Grieger, R. (1982), Cognition and Emotional Disturbance. Human Sciences Press. New York.
- # Hoffman, L. y Paris, E. (1995) ,Psicología del Desarrollo Hoy, McGraw-Hill, México.
- # Horrocks, J. (2001), Psicología de la adolescencia. Trillas, México.
- # Hurtado, M. De la Cruz, P. y Robles, X. (2015) Manejo de Frustración en niños. Recuperado el día 6 de febrero del 2018 de: http://se-humanitas.com.mx/autoadministrable/PDF/formacion_padres/07.pdf
- # Legal, E, Caballo, V. y Ellis, A. (2002) Teoría y Práctica de la Terapia Racional Emotiva-Conductual, Siglo veintiuno de España, México.
- # Loperanza, M. (2008) El autoconcepto en niños de cuatro a seis años. Recuperado el día 13 de marzo del 2018 de : <http://www.redalyc.org/html/311/31111811006/>
- # Mora, J. (1977) Psicología Educativa, Progreso, México.
- # Moreno, J. et al. (2000) Autoestima en grupo de niños de 8 a 11 años de un Colegio Público de la Ciudad de Bogotá. Recuperado el día 20 de Marzo del 2018 de: <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297224105013.pdf>
- # Mussen, P. y Conger, J. (1990), Desarrollo de la Personalidad del niño, trillas, México.
- # Newman, B. y Newman, P. (1989) Desarrollo del niño, Limusa. México.
- # Papali, D. y Wendkos, S. (1988), Psicología, MC Graw Hill, México.

- ✚ Papalia, D. y Wendkos, S. (2003), Desarrollo Humano. McGraw-Hill, México.
- ✚ Pereira, M. (2007) Revista Electrónica “Actualidades Investigativas en Educación”. Recuperado el día 1 de marzo del 2018 de : <http://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- ✚ Piaget, J. (1978) El desarrollo de la noción de tiempo en el niño. Fondo de cultura económica, México.
- ✚ Piaget, J. (1998) Introducción a Piaget pensamiento, aprendizaje y enseñanza. Pearson, México.
- ✚ Regader, B. Garcia, J y Triglia, A. (2017) Psicología y Mente recuperado el día 3 de febrero del 2018 : <https://psicologiaymente.net/>
- ✚ Sferra, A. y Wright, E. (2004) Personalidad y Relaciones Humanas, McGRAW-HILL, México.
- ✚ Soto, V, Y Durán de Villalobos, M. (2010) El trabajo de campo: clave de la investigación cualitativa. Recuperado el día 26 de marzo del 2018 de : <http://www.redalyc.org/pdf/741/74116984007.pdf>
- ✚ Thompson, R. (2001), Fundamentos de Psicología Fisiológica, Trillas, México.
- ✚ Watson, R. y Lindgren, H. (1991), Psicología de niños y el adolescente, Limusa, México.
- ✚ Worchel, S. y Shebilske, W. (1998), Psicología Fundamentos y Aplicaciones, Pearson Educación, Madrid.

Glosario

Aceptación: Acción de aceptar.

Actitud: Postura del cuerpo que denota cierta intención o estado de ánimo:
actitud pensativa; actitud amenazadora.

Adolescencia: Período vital entre la pubertad y la edad adulta.

Ansiedad: Estado tenso de la psique frente a un peligro indeterminado e inminente, acompañado de un sentimiento de inseguridad.

Aptitud: Capacidad y disposición de una persona para ejercer una actividad.

Atención: Acción de atender: prestar atención.

Autoestima: Aprecio o consideración que tiene una persona de sí misma.

Carácter: Conjunto de actividades psíquicas y afectivas que condicionan la conducta de cada ser humano distinguiéndolo de los demás.

Comunicación: Transmisión de la información en el seno de un grupo, considerada en sus relaciones con la estructura de este grupo.

Conducta: Manera de comportarse una persona.

Confianza: Seguridad que alguien tiene en sí misma, en otro o en otra cosa.

Educación: Acción o conjunto de ellas destinadas a desarrollar en la persona su capacidad intelectual, una determinada facultad o el carácter.

Emociones: Agitación pasajera producida por un sentimiento de miedo, sorpresa, alegría, cólera, etc.

Empatía: facultad de identificarse con otro grupo o persona, de ponerse en su lugar y percibir lo que siente.

Estímulo: Agente físico, químico, mecánico o de otra índole, que desencadena una reacción funcional en un organismo

Familia: Conjunto de personas emparentadas que viven juntas, especialmente el padre, madre y los hijos

Habilidad: Conjunto de cualidades y habilidades.

Lenguaje: Facultad humana para comunicar ideas o sentimientos: manera de expresarse.

Memoria: Facultad que permite almacenar, conservar, reactualizar o utilizar informaciones en el pasado.

Motivación: Conjunto de motivos que intervienen en un acto electivo.

Pensamiento: Conjunto de ideas desarrolladas por una persona o un conjunto de personas.

Personalidad: Conjunto de características que marcan la forma de ser de una persona, individualizándola de los demás.

Sentimiento: Acción de sentir, estado afectivo o disposición emocional hacia una cosa, un hecho o una persona.

Tarea: Trabajo que ha de hacerse en un tiempo determinado.

Valores: Persona que posee, o a la que se atribuyen, cualidades positivas para aquello que se expresa.

Anexos

NOMBRE	DESEMPEÑO	CONDUTA	PP
DANIELA			
LARA LUIS			
ROBERTO C.			
ARICAR ABUE			
LUCAS GUILA			
LIZBETH			
EVELYN			
JON			
LUIS EDUARDO			
ROBERTO			
RAFAEL B.			
RAFAEL			
YURI GONZALEZ			
ARICAR			
GONZALO			
YURI			
YURI			



