UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TÍTULO

TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017.

Tesis, previa a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención: Psicología Educativa y Orientación

AUTORA Carmen Tatiana Benítez Cuenca

DIRECTORA Dra. Zoila Gladys Merino Armijos Mg. Sc.

LOJA-ECUADOR

2017

CERTIFICACIÓN

Dra. Zoila Gladys Merino Armijos Mg. Sc.

DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA, DE LA FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN, DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.

CERTIFICA:

Haber dirigido, asesorado, monitoreado y evaluado con pertinencia y rigurosidad científica en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del Reglamento de Régimen de la Universidad Nacional de Loja, el desarrollo de la Tesis de Licenciatura en Ciencias de la Educación, Mención Psicología Educativa y Orientación, titulada: **TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017**. De autoría de la Srta. Carmen Tatiana Benítez Cuenca misma que reúne los requisitos legales reglamentarios. Por lo que autorizo su presentación para que continúe con el trámite de graduación correspondiente.

Loja, 23 de marzo de 2017

Dra. Zoila Gladys Merino Armijos Mg. Sc

DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

Yo, Carmen Tatiana Benítez Cuenca, declaro ser autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales por el contenido de la misma.

Adicionalmente declaro y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional - Biblioteca Virtual.

Autora Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Firma

Cédula 1104849425

Fecha Loja, 30 de agosto de 2017

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DE LA AUTORA, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO

Yo, Carmen Tatiana Benítez Cuenca declaro ser la autora del presente trabajo de investigación titulado **TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017,** como requisito para optar al grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención: Psicología Educativa y Orientación; autorizo al sistema bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre al mundo la producción intelectual de la universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la universidad.

La Universidad Nacional de Loja no se responsabiliza por el plagio o copia de tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización en la ciudad de Loja a los treinta días del mes de agosto de dos mil diecisiete.

Firma

Autora Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Cédula 1104849425

Dirección Loja, Los Eucaliptos, Calles Villonaco y Av. Virgilio Rodas

Correo electrónico tatys-1402@hotmail.com

Teléfono - - - **Celular** 0986356785

Datos complementarios

Directora de tesis Dra. Zoila Gladys Merino Armijos Mg. Sc.

Presidenta Dra. Silvia Torres Díaz Mg. Sc.

Primer Vocal Lic. Diego Andrade Mejía Mg. Sc.

Segundo Vocal Lic. Jorge Farías Cedeño Mg. Sc.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi sincero agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación, especialmente a la Carrera de Psicología Educativa y Orientación y especialmente a aquellos docentes que me brindaron su conocimiento y su experiencia para el desarrollo profesional y personal.

A la directora de tesis Dra. Zoila Gladys Merino Armijos Mg. Sc., quien me guio y asesoro a través de sus conocimientos para obtener resultados positivos al termino del trabajo investigativo.

Así mismo agradezco a las autoridades y personal docente de la Unidad Educativa "Ciudad de Loja", quienes gentilmente me han brindado su valiosa colaboración para poder realizar la presente investigación.

Autora

DEDICATORIA

Dedico este trabajo fruto de mi esfuerzo y dedicación primeramente a Dios, por estar siempre a mi lado, por guiar mi camino hacia el éxito y hacer que dentro de mí siempre brille una luz de esperanza.

A mis padres Iván y Esperanza, por su amor, sacrificio, apoyo incondicional, comprensión, consejos y por ayudarme con los recursos necesarios para terminar con éxito mis estudios.

Así mismo a mis hermanas por confiar siempre en mí y sobre todo a mi hermana Valeria quien me ha apoyado en los momentos más difíciles, me ha impulsado a superarme como persona y ha sido mi motor principal en el desarrollo y culminación del presente trabajo de investigación.

Al Dr. Fernando Alvarado Pino por compartir todos sus conocimientos y experiencias, y sobre todo por brindarme su apoyo incondicional.

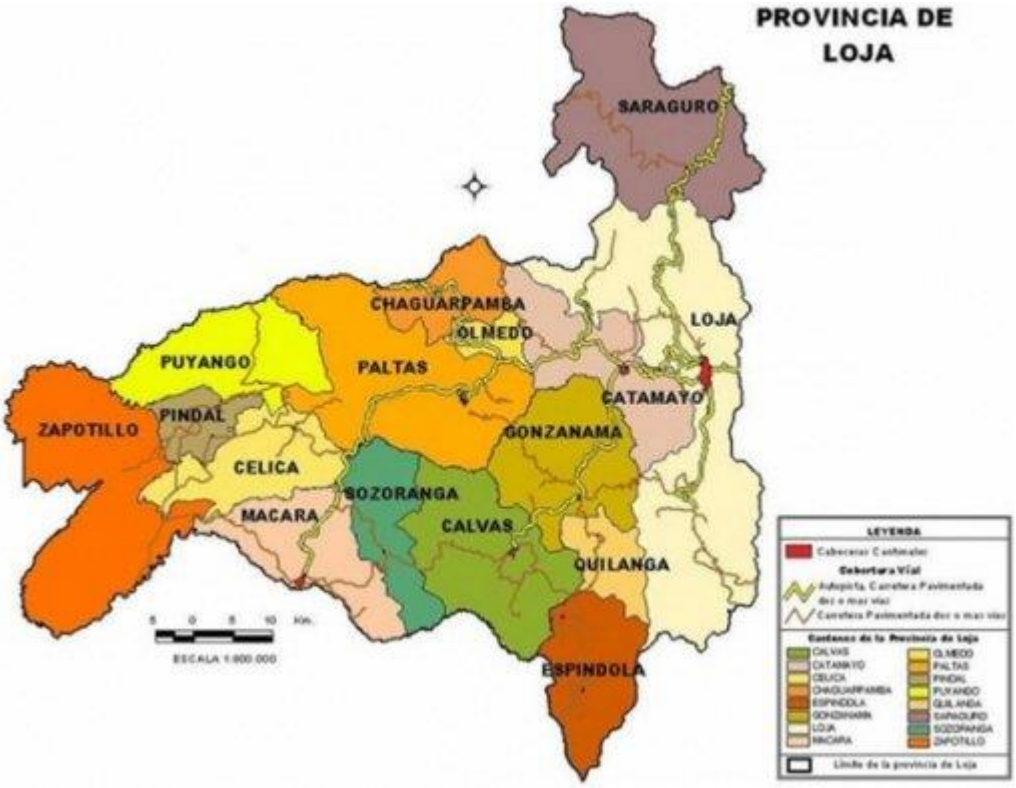
Tatiana

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN											
BIBLIOTECA: FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN											
TIPO DE DOCUMENTO	**AUTOR** **NOMBRE DEL DOCUMENTO**	**FUENTE**	**FECHA/ AÑO**	**ÁMBITO GEOGRÁFICO**						**OTRAS DESAGREGACIONES**	**OTRAS OBSERVACIONES**
				NACIONAL	**REGIONAL**	**PROVINCIA**	**CANTÓN**	**PARROQUIA**	**BARRIO COMUNIDAD**		
TESIS	Carmen Tatiana Benítez Cuenca TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017	UNL	2017	Ecuador	Zona 7	Loja	Loja	El Sagrario	Ciudadela Zamora	CD	LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN: PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACION

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CANTÓN LOJA



CROQUIS DE LA INVESTIGACIÓN

UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA"

ESQUEMA DE TESIS

i. PORTADA
ii. CERTIFICACIÓN
iii. AUTORÍA
iv. CARTA DE AUTORIZACIÓN
v. AGRADECIMIENTO
vi. DEDICATORIA
vii. MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO
viii. MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS
ix. ESQUEMA DE TESIS
    a. TÍTULO
    b. RESUMEN (CASTELLANO E INGLÉS) SUMMARY
    c. INTRODUCCIÓN
    d. REVISIÓN DE LITERATURA
    e. MATERIALES Y MÉTODOS
    f. RESULTADOS
    g. DISCUSIÓN
    h. CONCLUSIONES
    i. RECOMENDACIONES
       PROPUESTA DE INTERVENCIÓN
    j. BIBLIOGRAFÍA
    k. ANEXOS
        - PROYECTO DE TESIS
        - OTROS ANEXOS

a. TÍTULO

TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017.

b. RESUMEN

La presente investigación versa sobre TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017; para este trabajo se formuló como objetivo general: Implementar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado, Unidad Educativa "Ciudad de Loja", sección vespertina, Loja. 2016-2017. La investigación respondió a un enfoque descriptivo, tuvo un tipo de estudio transversal y un diseño pre-experimental, los métodos utilizados fueron: científico, deductivo, inductivo, analítico-sintético y estadístico, la técnica empleada fue la observación directa y como instrumentos se aplicó la escala de autoestimación de Lucy Reidl, para conocer el nivel de autoestima que presentan los estudiantes. La población estuvo conformada por 96 estudiantes para lo cual se tomó como muestra a 16 alumnos de sexto grado de Educación General Básica. Se aplicaron talleres basados en técnicas lúdicas para mejorar la autoestima de los estudiantes. Como producto de la investigación se concluye que el nivel de autoestima de los escolares mejoro significativamente ya que en el diagnóstico inicial la mayoría de los escolares es decir el 63% presentaban un nivel de autoestima insuficiente y posterior a la aplicación de la propuesta psicoeducativa se evidenció una mejora significativa, en virtud de que el 63% de los estudiantes elevo su autoestima a un nivel suficiente, validando así la propuesta de intervención, por lo que se recomienda al docente dar continuidad al uso de las técnicas lúdicas para seguir fortaleciendo la autoestima de sus educandos.

SUMMARY

The present research is on LUDIC TECHNIQUES TO IMPROVE THE SELF-ESTEEM OF THE SIXTH-YEAR STUDENTS AT UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA" IN THE AFTERNOON SECTION, LOJA. 2016-2017, for this work was formulated as a general objective: Implement ludic techniques to improve the self-esteem of the sixth-year students at Unidad Educativa "Ciudad de Loja" in the afternoon section, Loja. 2016-2017. This research responded to a descriptive approach also it has a cross-sectional study and a pre-experimental design, the methods used were: the scientific, deductive, inductive, analytic-synthetic and statistical, the technique employed was the direct observation and as instruments were applied, the self-esteem scale from Lucy Reidl, to know the level of self-esteem that the students present. The population was made up by 96 students from which, 16 students of the sixth year of the Basic General Education, were taken as a sample. Workshops were conducted based in ludic techniques to improve students' self-esteem. As a result of the research, it is concluded that the level of self-esteem of schoolchildren improved significantly since in the initial diagnosis the majority of the students that is to say the 63% presented an insufficient level of self-steem and subsequent to the application of the proposal psycho-educational, a significant improvement was evidenced, by virtue of which the 63% of the students raise your self-esteem to a sufficient level, thus validating the intervention proposal, so it is recommended to the teacher to give continuity the use of the ludic techniques to follow strengthening the self-esteem of their students.

c. INTRODUCCIÓN

La lúdica es un medio por el cual el ser humano desarrolla sus habilidades, actitudes y conducta en general. La lúdica a su vez proporciona un sin número de aspectos positivos, tal como placer y felicidad al niño consolidando un mundo diferente de la realidad objetiva, tomando elementos de esta y a la vez transformándolos, lo cual ayuda a mantener una interacción adecuada con la sociedad en la cual el niño se encuentra inmerso; numerosas generaciones de niños han adquirido habilidades y destrezas a través de juegos, también conocidos como manifestaciones lúdicas, la cual les permite tener un buen desarrollo tanto a nivel personal como social.

Es por ello que a nivel mundial la educación debe orientarse al desarrollo de actividades que fortalezcan no solo la capacidad intelectual de los niños y niñas sino también que contribuyan en el desarrollo de sus habilidades personales. Así pues, la educación en general debería centrarse también en desarrollar técnicas lúdicas, puesto que las mismas según estudios realizados influyen enormemente en el fortalecimiento de la autoestima de los niños y niñas, la misma que se enmarca en la necesidad de respeto y confianza en sí mismo y a su vez esta es básica, ya que todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás.

De acuerdo a la realidad observada, se puede evidenciar que con los alumnos de sexto grado de la Unidad Educativa "Ciudad de Loja" no se pone en práctica la utilización de técnicas lúdicas, situación que pone de relieve deficiencias en el sistema escolar y es a partir de ello que el ambiente escolar que se experimenta en dicha institución, comunica en el estudiante un profundo sentimiento de fracaso, desarraigo e inseguridad; es por ello que el problema de investigación tiene como enunciado la siguiente pregunta **¿De qué manera inciden las técnicas lúdicas en la mejora de la autoestima en los estudiantes?**

Considerando que la recreación es un motor motivante en niñas y niños y de acuerdo al problema existente se ha planteado el siguiente tema de investigación TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017.

La presente investigación tiene como objetivos específicos los siguientes: fundamentar teóricamente a partir de la literatura aportada por diferentes autores, toda la información acerca de técnicas lúdicas y autoestima; diagnosticar el nivel de autoestima que presentan los estudiantes de sexto grado; diseñar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima de los estudiantes; aplicar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima y valorar la funcionalidad de las técnicas lúdicas para mejorar la autoestima de los estudiantes de sexto grado.

La información teórica presenta las siguientes temáticas: definición de técnicas lúdicas, antecedentes históricos de la lúdica, objetivos que persiguen las técnicas lúdicas, clasificación de actividades lúdicas, importancia de las técnicas lúdicas, técnicas lúdicas para fortalecer la autoestima en los niños, el juego, ¿qué es jugar para el niño?, el juego y la educación y; definición de autoestima, el ser humano requiere de autoestima, la autoestima infantil, desarrollo de la autoestima, niveles de la autoestima, componentes de la autoestima, escalera de la autoestima, problemas de una baja autoestima, barreras que obstaculizan el incremento de la autoestima, la autoestima y la vida escolar, la autoestima en el estudiante, pautas para que los profesores potencien la autoestima del alumno.

Para su estudio se trabajó con los estudiantes de sexto grado de la Unidad Educativa "Ciudad de Loja", la investigación fue desarrollada mediante un enfoque descriptivo, tuvo un estudio transversal, y se enmarco en un diseño pre-experimental y los métodos utilizados fueron: científico, deductivo, inductivo, analítico-sintético y el método estadístico. La técnica utilizada fue la técnica de la observación directa y a su vez se aplicó como instrumento la escala de autoestimación de Lucy Reidl.

Los valores obtenidos en el diagnóstico inicial, muestran que la mayoría de los estudiantes, es decir el 63% presentan un nivel de autoestima insuficiente, posteriormente aplicada la propuesta de intervención psicoeducativa basada en talleres sobre técnicas lúdicas, los escolares mejoran significativamente su nivel de autoestima, es decir que el 63% de los escolares pasaron de un nivel insuficiente a un nivel suficiente de autoestima, con lo cual se puede concluir que la puesta en práctica de técnicas lúdicas contribuye

considerablemente en el fortalecimiento de la autoestima de los escolares, a su vez se recomienda al docente dar continuidad al uso de las mismas, para seguir fortaleciendo la autoestima de sus educandos.

El informe de la investigación está estructurado en coherencia con lo dispuesto en el artículo 151 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, en vigencia, el cual comprende: título; resumen en castellano y traducido al inglés; introducción; revisión de literatura; materiales y métodos, resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

En tal virtud aspiro que este documento se convierta en guía, en tanto de carácter investigativo, crítico, analítico y de orientación, así como de reflexión, puesto que el mismo fue desarrollado en base a los conocimientos adquiridos durante todo el proceso investigativo, y a su vez este aportará a la familia, docentes y sociedad elementos de juicio verificables, suficientes para complementar aspectos sobre dicho problema.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

TÉCNICAS LÚDICAS

Definición de técnicas lúdicas

Agallo (como se citó en Tzic, 2012) define las técnicas lúdicas como:

> Una serie de procedimientos o medios sistematizados para organizar y desarrollar la actividad de grupo, fundamentados en los conocimientos aportados por la teoría de la dinámica de grupo, puesto que la lúdica es un medio que posibilita escenarios de interacción comunicativa donde cada participante tiene un rol en el que debe seguir reglas y normas que ha aceptado con libertad, autonomía y responsabilidad, acciones que le permiten descubrir sus habilidades tanto personales como sociales y potenciar su autoestima. (p.8)

Ballesteros (2011) menciona:

> El juego está presente en el ser humano durante toda su vida adoptando diferentes formas. Cuando se es niño o adolescente, los juegos se caracterizan por ser impulsivos y de gran movimiento; mientras que en la edad adulta se relaciona más con los juegos de mesa, deportes o actividades artísticas; pero el fin del juego sigue siendo el mismo: es decir la superación de obstáculos, lo cual genera placer y satisfacción que contribuyen a la realización personal y social. (p.15)

Huizinga (1990) plantea que:

> "Del juego surge la civilización y con ella la cultura, para este autor, durante la aplicación de técnicas lúdicas, los individuos crean su propio mundo, con un orden propio y alejado de las preocupaciones cotidianas" (p.15).

Por todo lo expuesto por los diferentes autores se puede comprender que desde la temprana edad el ser humano a través de la lúdica (juego) estimula su pensamiento, pues es a través de éste que entra en contacto con el mundo físico incitando su imaginación; y si se tiene en cuenta que muchas acciones humanas tienen como fin alcanzar la máxima satisfacción y sobre todo el desarrollo personal, entonces las mismas estarán siempre presentes en el

desarrollo de cualquier actividad. También es preciso señalar que la lúdica permite el establecimiento de afectividad y emocionalidad entre los participantes y, su aplicación en el salón de clases implica un cambio de rol del docente el cual deja de ser un instructor y pasa a ser un orientador y acompañante del aprendiz en su proceso de aprendizaje teniendo en cuenta sus intereses, necesidades, fortalezas y debilidades, esta relación maestro-alumno es fundamental en la formación y cambio del pensamiento que tienen los alumnos sobre ellos mismos, pues si estos consideran que no pueden realizar una tarea pierden toda motivación para realizarla.

Antecedentes históricos de la lúdica

Daza (2010) menciona:

> En el transcurso del tiempo se han trabajado diferentes terminologías y entre ellas está el juego y la lúdica. Juego viene de la raíz latina IOUCUS: que significa divertirse, recrearse, entretenerse. Retomando un poco el tiempo y pasando por los siglos, los Romanos definieron la lúdica como la plástica animada y creativa. En el siglo XVI la pedagogía toma la lúdica como su medio de enseñanza y principio fundamental y a nivel sociocultural se habla del juego como acciones pasadas de generación en generación. Estas conceptualizaciones y otras que existen han presentado la posibilidad de saber que la lúdica va mucho más allá del mismo juego y llega a otros estados del ser, es decir busca un desarrollo más integral, tanto a nivel individual como colectivo. (s/p)

El juego a través de los tiempos ha sido objeto de gran preocupación y estudio, puesto que el mismo constituye un factor determinante en el desarrollo integral del ser humano, pues a través de este se adquieren conocimientos, habilidades, destrezas y, sobre todo, brinda la oportunidad de conocerse a sí mismo y a los demás, además la lúdica es una herramienta para lograr que los escolares desarrollen el proceso de socialización. Con la utilización de actividades, estrategias o técnicas lúdicas se logrará que el niño participe y se integre fácilmente ya sea en el contexto escolar, social o familiar.

Objetivos que persiguen las técnicas lúdicas

Las técnicas lúdicas según Tzic (2012) tienen como objetivos los siguientes:

- Estimular la participación de los integrantes del grupo.
- Permitir la adaptación social de los individuos.
- Fortalecer habilidades personales y sociales.
- Desarrollar el sentido de sí mismo.
- Activar los impulsos y las motivaciones individuales y estimular tanto la dinámica interna como la externa, de manera que las fuerzas puedan estar mejor integradas.
- Fomentar las prácticas democráticas.
- Enseñar a pensar activamente.
- Desarrollar capacidades de intercambio, cooperación, responsabilidad, creatividad, autonomía, juicio, entre otros.
- Vencer temores, inhibiciones, tensiones y crear sentimientos de seguridad.
- Fomentar la comunicación, las relaciones interpersonales, lo cual no se logra con técnicas de trabajo individual. (p.14)

Comparto con los objetivos mencionados por el autor, puesto que las técnicas lúdicas se integran en un mundo de constantes transformaciones. Es por ello que las disertaciones de los maestros tendrán forzosamente que dar paso a todo un conjunto de dinámicas docentes, para lograr de esta manera crear en los estudiantes seguridad y confianza en sí mismos.

Clasificación de actividades lúdicas

López (2011) clasifica las actividades lúdicas de la siguiente manera:

> **Actividades lúdicas libres:** esta favorece la espontaneidad, la actividad creadora, desarrolla la imaginación, libera depresiones y permite actuar con plena libertad e independencia.

> **Actividades lúdicas dirigidas:** aumenta las posibilidades de la utilización de juegos, ayuda a variar las situaciones formativas, incrementa el aprendizaje, favorece el desarrollo intelectual, social, afectivo y motriz, ofrece modelos positivos para imitar y satisfacer las necesidades individuales de cada niño. En el juego dirigido, es el adulto quien propone el juego y da las pautas. Él es quien proyecta, programa y participa como guía y control del orden y las reglas.

> **Actividades lúdicas cooperativas:** en el juego cooperativo todo el grupo trabaja para conseguir un objetivo común. En estos juegos nadie gana autoestima a costa del fracaso de otra persona. Nadie pierde, se juega por el placer de jugar. Estos juegos favorecen la participación, cada niño tiene una misión dentro del juego y se vive como una experiencia conjunta. (pp.162-163)

Según la clasificación de juegos realizada por el autor, se puede concluir que con la utilización de estas actividades el niño se vuelve más apto para controlar distintos puntos de vista, empieza a considerar los objetos y los acontecimientos bajo diversos aspectos y es capaz de anticipar, reconstruir o modificar los datos que posee.

Importancia de las técnicas lúdicas

Tzic (2012) plantea que:

- Se ocupan del estudio de la conducta escolar como un todo, las variaciones de la conducta individual de sus miembros como tales, las relaciones entre equipos de trabajo, formular leyes o principios y derivar técnicas que aumenten la eficiencia de los estudiantes.
- Provocan una reunión de esfuerzos y una estrecha colaboración entre participantes con una actitud estimulante para lograr un trabajo total.
- Colaboran de modo especial para que personas y estudiantes entren en contacto más objetivo con la realidad de los ambientes; cuestionan dichas realidades, ya sea tal como se presentan, o en su desarrollo; desencadenan un auténtico proceso de aprendizaje asistemático y mucho más existencial-comunitario.
- Son un medio cuya finalidad es crear interés de aprendizaje entre los estudiantes. En un sentido más pragmático es dar productividad a los encuentros de personas que se reúnen para realizar una tarea determinada en un tiempo dado. La metodología de las actividades lúdicas es la del aprender haciendo. No tanto saber las cosas por libros, sino aprenderlas realizándolas y viviéndolas. (p.9)

Las clases impartidas por parte del maestro, son las que dominan los salones de clases y es a partir de ello que los docentes tendrán que cambiar su metodología de enseñanza, puesto que la educación actual tiene que utilizar un sin número de técnicas o actividades lúdicas, en

su afán de conseguir una profunda comprensión humana, de intensificar las relaciones afectivas y sobre todo lograr que los escolares tengan una idea clara de su propia valía.

Técnicas lúdicas para fortalecer la autoestima en los niños

La lúdica (juego) es primordial para el desarrollo del niño ya que esta incide directamente en su autoestima, pues el juego permite que los niños conozcan sus cualidades, habilidades y destrezas, pero también sus limitaciones.

Tarrés (2013) hace mención de las siguientes técnicas o actividades para trabajar con niños y niñas:

> **Juego simbólico:** el juego por excelencia, el jugar a ser o el juego de roles es el mejor juego para desarrollar habilidades personales y sociales, a la vez que aumenta la autoestima de los niños. Cualquier juego que implique ponerse en el lugar de otro y relacionarse con otras personas, reales o imaginarias, es una excelente oportunidad para fomentar la autoestima de nuestros niños.

> **Reparto de estrellas:** Sentados en el suelo, en forma de círculo si somos muchos, por ejemplo, papá, mamá, hermanos o un grupo de niños de la misma edad, diremos algo positivo a cada uno de los participantes a la vez que les otorgamos una estrella de papel o una pegatina. Lo de menos es la estrella ya que todos debemos acabar con el mismo número de ellas. Lo fundamental es pensar en lo que decimos a los demás, lo que nos dicen y lo que sentimos. Al finalizar el juego es importante que preguntemos qué es lo que más les ha gustado, lo que menos y cómo se han sentido a lo largo de la actividad.

> **Caja del tesoro oculto:** Esta permitirá que los niños descubran lo únicos y especiales que son. Dentro de una caja esconderemos un espejo. A los niños/as les explicaremos que dentro hay un tesoro único en el mundo, algo especial, maravilloso, algo irrepetible. Generaremos así expectativa. De uno en uno, abriremos la caja y pediremos que no diga nada a nadie. Cuando todos los niños hayan visto el tesoro pediremos que digan en voz alta qué es lo que han visto. Tras esto, les preguntaremos que creen ellos que les hace únicos y especiales, personas irrepetibles y maravillosas. (s/p)

Un niño con una buena autoestima es un niño que tiene asegurado parte de su éxito en la vida. De ahí la importancia de fomentar en los niños la seguridad en sí mismos, su sentido

de la valía y su autoestima en general, y nada mejor que hacerlo utilizando técnicas lúdicas, así al trabajar en grupo en el salón de clases, estos tendrán un espacio para que se les reconozcan sus conductas, comportamientos, destrezas, valores, cualidades, aptitudes y actitudes, logrando así que los niños alcancen su plena expresión.

El juego

López (2011) menciona:

> El juego es la actividad principal en la vida del niño al jugar exterioriza conflictos internos, jugar es participar de una situación interpersonal en la que están presentes la emoción, la expresión, la comunicación, el movimiento y la actividad inteligente. Por lo que el juego es esencial en el desarrollo y potenciación de las diferentes capacidades del niño. (p.44)

Crespillo (2010) manifiesta que:

> El juego es una actividad mental y física esencial que favorece el desarrollo del niño de forma integral y armoniosa. Mediante el juego, los niños consiguen entrar en contacto con el mundo y tener una serie de experiencias de forma placentera y agradable. Jugar es investigar, crear, conocer, divertirse, descubrir, esto es, la expresión de todas las inquietudes, ilusiones, fantasías, que un niño necesita desarrollar para convertirse en adulto. (s/p)

Mediante el uso de técnicas lúdicas el niño puede construir y reconstruir su propio mundo, elabora conceptos, socializa, desarrolla habilidades y aprende a descubrir sus limitaciones. Así mismo, la mayoría de los juegos ayudan a desarrollar determinadas habilidades o destrezas y sirven para desempeñar una serie de ejercicios que tienen un rol de tipo educacional, psicológico o de simulación.

¿Qué es jugar para el niño?

Según López (2011):

> El juego es ser y hacer. Ser en cuanto a expresarse, a vivir experiencias placenteras volcando en estas sus estados emocionales, carencias, frustraciones. Es el lenguaje propio del niño, con el que se relaciona con el medio y facilita la formación del colectivo infantil. Hacer en cuanto a las

> acciones que se realizan durante el juego sin fin específico, para relacionarse, para explorar, para manipular, dando significado e intencionalidad a la actividad lúdica. Es conocer el ambiente y relacionarse con la realidad circundante, integrándose paulatinamente con ello. (p.45)

El niño mientras juega logra desarrollar mejor su concentración, puesto que la necesidad de comunicación y los impulsos emocionales, obligan al niño a concentrarse, constituyéndose así la lúdica en el factor principal a través del cual el niño crea su propio aprendizaje, de ahí la importancia de que técnicas o actividades lúdicas sean utilizadas en los centros educativos.

Además, los niños a través del juego pueden relacionar fácilmente sus conocimientos y experiencias previas con otras nuevas, realizando así procesos de aprendizaje individuales, fundamentales para su crecimiento, a su vez la lúdica constituye una herramienta social, con la que el niño puede integrarse de buena forma en la vida cultural en la que se encuentra inmerso.

El juego y la educación

Crespillo (2010) menciona:

> La introducción del juego en el mundo de la educación es una situación relativamente reciente. Hoy en día, el juego desarrolla un papel determinante en la escuela y contribuye enormemente al desarrollo intelectual, emocional y físico. A través del juego, el niño controla su propio cuerpo y coordina sus movimientos, organiza su pensamiento, explora el mundo que le rodea, controla sus sentimientos y resuelve sus problemas emocionales, en definitiva, se convierte en un ser social y aprende a ocupar un lugar dentro de su comunidad. En este sentido, la actividad mental en el juego es continua y, por eso, el juego implica creación, imaginación, exploración y fantasía. A la vez que el niño juega, crea cosas, inventa situaciones y busca soluciones a diferentes problemas que se le plantean a través de los juegos. El juego además favorece el desarrollo intelectual, puesto que el niño aprende a prestar atención en lo que está haciendo, a razonar, etc. (s/p)

Mediante el juego, el niño también desarrolla sus capacidades motoras mientras corre, salta, trepa, sube o baja y, además con la incorporación a un grupo se facilita el desarrollo social, la relación y cooperación con los demás, así como el respeto mutuo. Más aún al

relacionarse con otros niños mediante el juego, se desarrolla y se perfecciona la comunicación. Los juegos en los que el niño asume un rol determinado y donde imita y se identifica con los distintos papeles de los adultos son los que influyen de una manera determinante en el aprendizaje de actitudes, comportamientos y hábitos sociales. Tanto la capacidad de simbolizar como la de representar papeles le ayuda a tener seguridad en sí mismo, a autoafirmarse, acrecentando, además, la comunicación y el mantenimiento de relaciones emocionales.

AUTOESTIMA

Definición de autoestima

Marín y Martinez (2012) plantean:

> La autoestima es la medida en la cual uno se aprecia, valora, aprueba o se gusta a sí mismo, es lo que yo pienso y siento sobre mí. La autoestima de este modo influye en nuestra manera de ser, de estar, de actuar en el mundo y de relacionarnos, es la suma de la autoconfianza, el reconocimiento de la propia competencia y la consideración que tiene cada uno de sí mismo. (p.52)

Duque (2001) afirma que:

> La autoestima es una actitud hacia uno mismo y es el resultado de la historia personal. Resulta de un conjunto de vivencias, acciones, comportamientos que se van dando y experimentando a través de la existencia. Es el sentimiento que se expresa siempre con hechos. Además, esta sustenta y motiva la personalidad, lo cual permite un adecuado crecimiento y desarrollo tanto personal como social. (p.11)

Coopersmith (1967) define la autoestima como:

> La evaluación que hace el 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. La autoestima es el juicio personal de la valía que es expresada en las actitudes que tiene un individuo hacia sí mismo. (p.5)

Comparto con los conceptos vertidos por los diferentes autores y a su vez preciso que la autoestima es sentirse bien consigo mismo, tener autoconfianza, aceptarse tal como es, estar feliz por ser quien es y a su vez esta pasaría a ser nuestra valía que se basa en todos nuestros pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida. La autoestima a la vez significa saber que somos valiosos y dignos de ser amados, valiosos porque somos capaces de resolver algunas situaciones con éxito y por lo tanto podemos estar a la altura de los demás; y dignos de ser amados porque somos seres humanos y por lo tanto tenemos derecho a ser amados de manera incondicional.

El ser humano requiere de autoestima

Duque (2001) asegura que:

> La convivencia con los demás es un espacio vital que tiene el individuo y a partir de las relaciones interpersonales que establece con estas nace la estima de la persona. Pues la estima parte de la evaluación que los demás hacen de las acciones y de las vivencias. La persona necesita que se le estime, se le considere, se le valore, de esto depende la seguridad personal. La seguridad en sí mismo, es un signo de personalidad. La autoestima nos permite aprender a aceptarnos, a querernos y a dar lo mejor de nosotros a los demás. El amor a nosotros mismos, es exigencia personal para poder participar de la convivencia familiar, escolar, social y laboral. A partir de la convivencia, los otros valoran y estimulan nuestra vida ejemplar. La estima de los que nos rodean favorece positivamente la estima personal. En las relaciones interpersonales juega un papel importante la estimación de los demás. Tenerse estima, quererse es una acción que todos los seres humanos debemos y podemos desarrollar. Gracias a ella vamos sintiendo cariño, cuidado, tolerancia y comprensión hacia nuestra propia persona, este es un proceso que inicia con la vida y termina con la muerte, es una tarea dinámica durante el ciclo vital humano. El ser humano para crecer integralmente, necesita de unas vivencias de amor y respeto hacia nuestra persona, lo que permite una estabilidad emocional y la alegría de vivir. (p.23)

La calidad de las relaciones que se hayan tenido y que se tengan a lo largo del ciclo vital, con las personas significativas en nuestra vida permitirán que nuestra autoestima se vaya fortaleciendo día a día, llegando así a convertirse en un pilar solido difícil de derrumbar, el cual permitirá enfrentarse fácilmente a los desafiaos de la vida. Así también puedo rescatar que la autoestima es el centro principal del crecimiento personal de los seres humanos, es el

punto de partida desde el cual se proyecta sus metas y objetivos y sobre todo es la parte fundamental para que la persona alcance su plenitud y su autorealización.

La autoestima infantil

Según Sánchez y Solís (2010):

> La autoestima infantil es el grado de satisfacción que el niño tiene consigo mismo. Cuando nace él bebe, se establece una estrecha relación entre el recién nacido y sus padres, sobre todo con la madre. Se fomenta así un fuerte vínculo que va a favorecer el inicio de la autoestima, ya que este sentimiento de sentirse querido y protegido por sus padres posibilitará que él bebe se perciba como alguien importante y valioso. La imagen que tenemos de nosotros mismos no es algo heredado, sino aprendido de nuestro alrededor. Los padres son para sus hijos espejos a partir de los cuales el niño va construyendo su propia identidad. En la edad infantil los padres son para sus hijos las personas más importantes, por eso la imagen que el niño cree que tienen de él es muy importante. A medida que va creciendo, adquiere más autonomía y un mayor conocimiento del mundo exterior, ampliando su relación con otros familiares, compañeros, profesores, vecinos, etc. Lo que éstos digan y opinen sobre el niño será muy importante para el desarrollo de la autoestima. (s/p)

La principal forma que tienen los niños y niñas de percibir seguridad y confianza es a través de las sensaciones corporales placenteras, del juego y los intercambios amorosos con las personas más cercanas. Un niño que se siente querido, satisfecho, cuidado, que escucha y ve a padres tranquilos, contentos con su presencia se sentirá más seguro y confiado que si no recibe estos cuidados.

Desarrollo de la autoestima

Papalia, Wendkos y Duski (2009) afirman que:

> Los niños no enuncian un concepto de su propia valía sino hasta que alcanzan cerca de los ocho años, pero a menudo los niños pequeños muestran con su comportamiento que tienen un autoconcepto. Aun así, antes del cambio de cinco a siete años, la autoestima de los niños pequeños no necesariamente se basa en la realidad. Tienden a aceptar los juicios de los adultos, que suelen proporcionar una retroalimentación positiva y carente de crítica y, por lo tanto, es posible que los niños sobreestimen sus capacidades. Por lo general la autoestima en la segunda

> infancia tiende a ser absoluta: soy bueno o soy malo. No es sino hasta la tercera infancia que se vuelve un tanto más realista, a medida que las valoraciones personales sobre la competencia, que se basan en la internalización de las normas parentales o sociales, comienzan a adquirir forma y a mantener la valía propia. (p.327)

Cabrera (2014) menciona:

> Conforme los niños van creciendo y desarrollándose empiezan a conocerse cada vez un poco más, sobre todo en los primeros años. Conforme los niños van desarrollándose, no solo comienzan a conocerse más y a construir confusas descripciones de su persona, sino también a evaluar las cualidades que creen poseer. (p.27)

La autoestima de los niños se va desarrollando conforme estos van creciendo, de ahí la importancia de que padres y maestros desarrollen estrategias, técnicas, o actividades que potencien el desarrollo de la misma, pues tener la capacidad para controlar y hablar de sus emociones, y a su vez emitir juicios de su propia valía es un paso importante en el desarrollo de los niños. Así pues, el desarrollar una autoestima sólida en los niños constituye el motor que los impulse a triunfar en la vida y además facilita la superación de las dificultades personales. Una persona con una buena autoestima se siente con mayor capacidad para enfrentar los fracasos y los problemas que se le presentan, puede trabajar mejor ya que se siente con mayor seguridad y confianza en sí mismo, lo que le permite que pueda relacionarse mejor, estableciendo de esta manera relaciones sociales saludables.

Niveles de la autoestima

Álvarez (2013) manifiesta:

> En relación a los distintos niveles o tipos de autoestima que existen en el mundo de la investigación y la psicología, los más defendidos han sido la autoestima positiva o alta y la autoestima negativa o baja. En primer lugar, la autoestima alta o positiva otorga una serie de ingredientes favorables para el desarrollo de nuestra salud y nivel de vida, dando lugar a la formación de una personalidad consolidada. Los sujetos con alta autoestima se muestran seguros de sí mismos, son optimistas, confían en sí mismos y tienen un concepto realista de sus puntos fuertes y débiles. En segundo lugar, con respecto a la autoestima negativa o baja, los sujetos que la poseen, tienen la tendencia de rechazarse a sí mismos, menospreciándose e infravalorándose,

> disponiendo de una serie de pensamientos negativos hacia su persona. De la misma manera, sostiene que suelen tener falta de confianza, mostrándose indecisos y teniendo miedo a equivocarse y expresar sus ideas. (pp.16-19)

Mazzei (2002) hace referencia a los siguientes niveles de autoestima:

> **Muy bueno:** alto concepto de sí mismo. Congruencia importante entre ser, el sentir y el hacer. Excelente proyección del yo personal, moral, social. Libertad amplia en la toma de decisiones. Confianza y optimismo.
>
> **Bueno:** concepción realista del yo, aceptando su personalidad tal cual es. Buen dominio emocional. Correcta conjugación de valores: apoyo y conformidad, independencia, reconocimiento otorgantes de una buena imagen ante los demás.
>
> **Suficiente:** conceptualización de un yo o imagen de si convencionalmente y socialmente aceptable. Moderado control de impulsos, actitudes y rasgos partícipes en la evaluación de la autoestima.
>
> **Insuficiente:** débil proyección de la auto imagen. Frenos importantes en la irradiación de un yo personal, social, moral maduro. Indecisiones, dependencias, desconfianzas, inseguridad básica. Incongruencia entre el yo real y el yo ideal.
>
> **Deficiente:** pérdida notoria o muy baja estima. Contraposición entre el ideal de sí mismo y el percibido. Vida desmotivada y/o afectividad pobre, inseguridad, ansiedad, angustia, dependencia, tristeza, debilidad de relaciones, sentimientos de inferioridad. (p.28)

Resulta necesario tener en cuenta que la autoestima es algo que se construye diariamente en nuestra interacción con el mundo que nos rodea, de ahí que el lograr poseer una autoestima alta será muy útil para enfrentar la vida con seguridad y confianza, lo cual contribuirá a tener un buen desenvolvimiento en las relaciones sociales. Una persona con autoestima alta, se acepta a sí mismo totalmente como ser humano. En tanto una persona con autoestima baja, la mayor parte de su vida piensa que vale poco o no vale nada. Así mismo enmarcándonos en la niñez, por lo general la mayor parte de los niños han perdido la confianza en sí mismos y en sus propias posibilidades, de ahí la importancia de que padres y educadores alienten, premien y utilicen estrategias o técnicas para contrarrestar dicho problema oportunamente.

Componentes de la autoestima

Según Martínez (2010) la autoestima se articula en base a tres componentes:

> **Componente cognitivo:** es la descripción que tiene cada uno de sí mismo en las diferentes dimensiones de su vida. Incluye la opinión que se tiene de la propia personalidad y conducta, así como las ideas, creencias sobre sí mismo.
>
> **Componente afectivo:** supone un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales y la respuesta afectiva ante la percepción de uno mismo.
>
> **Componente conductual:** es el proceso final de la valoración anterior, que se plasma en la decisión e intención de actuar. Lógicamente, nuestras acciones vendrán muy determinadas por la opinión que tengamos de nosotros mismos y del esfuerzo que estemos dispuestos a realizar para conseguir el reconocimiento (propio y de los demás) por nuestras acciones.

Los componentes de la autoestima se basan netamente en nuestra forma de pensar, sentir y actuar y estos a su vez reúnen varios aspectos de suma importancia, los mismos que variaran de acuerdo a la manera en cómo nos percibirnos, puesto que si nuestra autoestima es alta vamos a tener una buena percepción de nosotros mismos, tenderemos a realizar cosas siempre positivas, las mismas que nos permitirán alcanzar las metas propuestas, sintiéndonos así satisfechos por los logros alcanzados y a su vez esto permitirá que nuestra autoestima aumente aún más, en tanto que si nuestra autoestima es negativa ocurriría todo lo contrario, lo cual hace que disminuya y baje nuestra autoestima.

Escalera de la autoestima

Según Sparisci (2013) la escalera de la autoestima se desglosa de la siguiente manera:

> **Autoconocimiento:** conocer las necesidades del sí mismo, como actúa y siente. Me permite ser consiente de mis virtudes, defectos y sobre todo posibilidades para seguir desarrollándome. Me doy cuenta de que tengo habilidades, destrezas y capacidades, pero sobre todo me defino como persona.

> **Autoconcepto:** son creencias que se tienen acerca de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto, si se cree inteligente o apto, actuará como tal.
>
> **Autoevaluación:** capacidad interna para considerar si algo me beneficia, esto es, me ayuda a crecer o, por el contrario, constituye algo negativo.
>
> **Autoaceptación:** admitir en mí, todas mis características, sin realizar comparaciones con los demás, o queriendo copiar modelos porque experimento insatisfacción frente a mí.
>
> **Autorespeto:** estar atento y satisfacer mis necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo.
>
> **Autoestima:** es la síntesis de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y está consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, y se acepta y respeta tendrá autoestima. (pp.20-21)

Si una persona no se conoce, tiene un concepto pobre de sí misma, no se acepta, ni se respeta, entonces no tendrá autoestima. Esta escalera resulta de mucha importancia pues permite detectar carencias en el desarrollo de la autoestima, dando la posibilidad de reforzar aquellos peldaños que están más débiles, y así poder llegar al logro de una autoestima sólida.

Problemas de una baja autoestima

Papalia et al. (2009) mencionan:

> Cuando la autoestima es elevada, el niño tiene motivación de logro, sin embargo, cuando la autoestima es baja, es posible que los niños consideren al fracaso o a la crítica como una recusación de su propia valía y quizás se sientan imposibilitados para hacer mejor las cosas. Los preescolares que tienen baja autoestima en lugar de intentar una manera diferente para resolver un acertijo por lo general se sienten avergonzados y se dan por vencidos. No esperan tener éxito y, por siguiente, no hacen el intento. Los niños mayores que fallan tienden a concluir que son tontos, mientras que los preescolares interpretan el desempeño deficiente como señal de que son malos. Lo que, es más, esta sensación de ser una persona mala quizá persista hasta la adultez, los niños cuya autoestima es baja tienden a sentirse desmoralizados cuando fallan. Con frecuencia estos niños sienten que no son capaces de cambiar y atribuyen su desempeño deficiente o rechazo social a sus deficiencias de personalidad, las cuales sienten que no son capaces de cambiar. (p.327)

Moreno, 2009 afirma que:

> Diferentes estudios han demostrado que habitualmente las personas con baja autoestima reaccionan peor a la información de haber realizado mal una tarea, de forma que su reacción habitual es disminuir su esfuerzo y los resultados en sucesivas tareas posteriores, por el contrario, quienes tienen una alta autoestima suelen reaccionar con un aumento o mantenimiento del esfuerzo realizado. Igualmente, cuando se tiene una baja autoestima, la reacción suele ir acompañada de fuertes emociones negativas y una disminución de la motivación por la tarea. En algunos casos cuando la autoestima es baja, los fracasos son insoportables, especialmente los fracasos interpersonales y emocionales. (p.510)

Constantemente nuestra autoestima se ve afectada por las comparaciones, experiencias y exigencias que recibimos del mundo exterior. La sociedad exige que sigamos pautas de comportamiento parecidas o iguales que los de la mayoría. Y si no cumplimos los requisitos exigidos, nuestra autoestima, aunque positiva, puede verse afectada. Por esta razón, se debe ir fortaleciendo siempre la autoestima en todos los momentos de la vida de un niño, solamente así, él no se sentirá inferior a los demás y podrá superar cualquier obstáculo que se le presente en el camino, y así por más difícil que este sea, si su autoestima está bien fortificada vera los obstáculos como retos que le plantea la vida.

Barreras que obstaculizan el incremento de la autoestima

Duque (2001) menciona cuatro barreras comunes que impiden el incremento de la autoestima:

> **El regaño público:** es la reclamación, una queja, una exigencia que se hace en público, para que se actúe de mejor manera. Desafortunadamente, en la vida familiar, escolar y laboral, se utiliza esta práctica, que va en detrimento del crecimiento personal, pues ridiculiza a la persona, le quita méritos. Es adecuado y oportuno que cuando la persona cometa un error, se llame al interesado en privado y se le diga, por ejemplo: Tu eres una buena persona, lo que ocurre es que necesitas mejorar o cambiar en este aspecto y así las cosas te van a salir mejor.

> **El error:** una segunda barrera que no permite el incremento y fortalecimiento de la autoestima, la constituye la forma como se acepta la equivocación del otro. En la vida diaria es lógico y normal que se cometan errores. Lo importante es saber manejar la situación. Estos

acontecimientos ameritan un cuestionamiento serio. La humildad, la serenidad y sinceridad, le permiten al ser humano superar y enmendar los errores cometidos; el orgullo y la soberbia, no dejan ver, que se cometió un error; esta situación lleva al ser humano al fracaso.

La indiferencia: en la convivencia diaria, se dan situaciones donde frente a otras personas, no se actúa, ni se expresa, ni se experimenta ningún tipo de sentimiento; el otro no representa nada para mí. En la vida familiar, muchos padres pasan desapercibidos frente al éxito de sus hijos; de igual forma hay supervisores y jefes, que no resaltan, ni destacan, ni estimulan las actuaciones positivas de sus empleados, en el ejercicio de sus funciones. Lo mismo sucede en la vida escolar, buen número de educadores no destacan los excelentes resultados académicos y sociales de sus alumnos, por la indiferencia que los acompaña. Este inconveniente no permite el crecimiento personal.

La crítica: es una opinión, un juicio, una censura a las acciones o conductas del otro. La mayoría de los individuos tienden a criticar o juzgar a los demás. Esta conducta nos aleja de las personas y de la objetividad de los hechos. Muchas veces no acogemos ni aceptamos a los demás con sus limitaciones y diferencias. (pp.17-18)

La autoestima puede verse afectada por un sin número de situaciones en cualquier época de la vida. El hecho de enfrentar circunstancias vitales diversas indica que la vida emocional y afectiva son influidas por los eventos que enfrentan día a día las personas.

Moreno (2009) menciona algunos factores que impiden el incremento de la autoestima**:**

Comparación social: la autoestima de la persona no depende exclusivamente de la apreciación externa que recibe, sino de la valoración personal que ella misma está efectuando continuamente. Uno de los sistemas de autovaloración es el proceso de comparación social, sistema que le sirve a la persona para ubicarse en el grupo social inmediato y en el global. La evaluación absoluta directa de nuestras cualidades y valores no es fácil, por ello se acude a compararnos con nuestras referencias directas e indirectas, siendo más importantes las directas. Cuando alguien se considera superior a quienes le rodean habitualmente, su autoestima aumenta, si se considera inferior su autoestima disminuye.

Los resultados de la conducta: Otra gran fuente de autoestima, mejorándola o disminuyéndola, son los resultados de la propia acción. Un dato claramente establecido por numerosos estudios es que el éxito aumenta la autoestima y el fracaso la disminuye. Cuando se observa éxitos personales la autoestima aumenta, por el contrario, los fracasos la disminuyen. Los éxitos y los fracasos inciden más en la autoestima en la medida que el sujeto considera que afectan a temas y valores importantes para él y considera que el éxito y el fracaso se debe a variables internas,

> estables y controlables, por ello, un sistema habitual en los programas para aumentar la autoestima es incluir tareas medianamente exigentes que el sujeto tenga una alta probabilidad de realizar con éxito. La ejecución de tales tareas suele ser una fuente de autovaloración y de autoestima.
>
> **Los factores sociales:** Los factores sociales y culturales influencian la autoestima a través de varios procesos, en primer lugar, a través de los procesos emocionales y atencionales que se reciben del ambiente inmediato, especialmente de la familia, en segundo lugar, a través de la creación de patrones sociales de referencia, mejor o peor valorados. De ambos, el factor más decisivo y determinante sobre los niveles de autoestima es el microambiente. (pp.507-508)

Por todo lo expuesto, valoro los criterios vertidos por los autores, puesto que en las relaciones interpersonales por lo general, se suelen expresar apreciaciones, puntos de vista sobre alguien de manera inadecuada, se le menosprecia y se le hace avergonzar, lo cual puede debilitar la autoestima del otro, puesto que la estima parte de los criterios que los demás hacen de las acciones y de las vivencias, de ahí la importancia de saber expresarse asertivamente, evitando así causar daño a las personas que se encuentran a nuestro alrededor.

La autoestima y la vida escolar

Duque (2001) manifiesta que:

> En el ambiente de la vida escolar, los alumnos tienen un escenario que permite desarrollar y expresar los sentimientos, sus temores, sus alegrías, sus valores y las consideraciones acerca de sí mismos, de sus compañeros, profesores y demás personas. Es por esto que se hace necesario que tanto los educadores como los adultos responsables creen espacios y condiciones para que los alumnos se expresen, y vivan sus fantasías juveniles. Hay alumnos que consideran que son agradables a la vista de sus compañeros; o que los toleran, o los evitan, o los rechazan. La imagen que tiene cada alumno de sí mismo, se forma a través del reflejo de las opiniones de los compañeros, los profesores y demás personas que hay a su alrededor.
>
> En el proceso enseñanza-aprendizaje, logra mayores éxitos académicos y formativos el estudiante que cuenta con unas actitudes favorables, mayor disposición, apertura, atención y concentración, es decir, aquel que tiene una buena autoestima. (pp.38-39)

La carencia de una autoestima lleva a los estudiantes a no alcanzar las metas propuestas en las diferentes áreas de estudio, lo cual genera ansiedad y llega a decaer aún más su autoestima. La ansiedad e inseguridad que experimentan los estudiantes van haciendo que el

proceso enseñanza-aprendizaje sea cada día más complejo y difícil, situación que no permite obtener un buen rendimiento académico. En tanto que si la autoestima se eleva la ansiedad y la inseguridad disminuyen y ello permite que los alumnos participen, se animen y se vinculen a las actividades académicas.

La autoestima en el estudiante

Cabrera (2014) asevera que:

> La experiencia escolar es un factor determinante para el desarrollo de la autoestima, por lo que resulta importante evaluar el contexto escolar y desarrollar estrategias que contribuyan al fortalecimiento de la autoestima de los escolares. El desempeño escolar es el resultado de un complejo mundo que envuelve al estudiante, y a su vez está determinado por una serie de aspectos como el esfuerzo, la capacidad de trabajo, intensidad de estudios, atención, medio relacional, los cuales afectan el desempeño escolar de los niños. Si bien la autoestima condiciona el rendimiento académico, este a su vez, influye sobre la autoestima del alumno. Se puede deducir por tanto que una mejora en el rendimiento académico significa una mejora en los niveles de autoestima. Es inusual encontrar en las aulas de clase a niños con baja autoestima que rindan bien el plano académico. Pues resulta imposible el hecho de sacar buenas notas cuando nos sentimos incapaces e inseguros de nosotros mismos. (pp.40-41)

La autoestima debe ser alimentada durante todo el desarrollo del niño, pero se le debe dar mayor atención durante la infancia, pues es aquí donde el concepto de sí mismo se va formando, de ahí la importancia de que los educadores incluyan en sus planes de clase estrategias o técnicas que les permitan elevar la autoestima de sus educandos, puesto que esta incide directamente en su calidad de vida, en su rendimiento académico, en su productividad y en su salud mental.

Características de un niño con alta autoestima

Sánchez y Solís (2010) mencionan las siguientes características:

- El niño se muestra seguro de sí mismo.
- Tiene un concepto realista de sus puntos fuertes y débiles.
- Se acepta a sí mismo y a los demás.

- Es estable emocionalmente.
- Tiene una conducta independiente y autónoma (teniendo en cuenta su edad).
- Es optimista respecto del futuro.
- Es capaz de afrontar los problemas.
- Se muestra tolerante con las críticas y las discrepancias con los demás.
- Actúa de forma coherente con sus valores y creencias.
- Es sensible ante las necesidades de los demás y está dispuesto a ofrecerles su ayuda. (s/p)

Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, permitirá que los niños muestren tener muchas características positivas, las cuales a su vez potenciarán su capacidad para desarrollar sus habilidades, lo cual aumentará su nivel de seguridad personal, pues un niño poseedor de una autoestima alta tendera siempre a conducirse de algún modo, a la felicidad y madurez.

Características de un niño con autoestima negativa

Sánchez y Solís (2010) plantean las siguientes características:

- Se muestra insatisfecho con lo que hace.
- Se fija exclusivamente en lo que no le gusta de su aspecto y se ve múltiples defectos.
- Se siente incapaz de hacer las cosas por sí mismo.
- Siente muchas dudas cuando tiene que tomar una decisión.
- Es negativo respecto de sus posibilidades.
- Manifiesta que los demás no le tienen en cuenta y le rechazan.
- Cree que no tiene habilidades para las actividades físicas.
- Cree que es menos inteligente que los demás.
- Piensa que a los demás les cuesta menos estudiar que a él.
- Se responsabiliza de los sucesos negativos que ocurren a su alrededor.
- Con frecuencia manifiesta un estado de ánimo triste.
- Suele utilizar frases del tipo: “Todo me sale mal”, “No le gusto a los demás”. (s/p)

Los niños poseedores de características negativas de sí mismos tienden por lo general a caer en la derrota y el fracaso, ya que estas provocan carencia de respeto, insatisfacción personal y desprecio, produciéndose así una frustración personal, inclusive rabia, al no creerse capaz de convertirse en una mejor persona. Además, este tipo de características producen relaciones negativas entre la persona y su medio afectivo y social.

Pautas para que los profesores potencien la autoestima del alumno

La autoestima de un niño implica el bienestar del pequeño en casa, pero también en la escuela, por ello, los profesores tienen que entender que su profesión no termina en el ejercicio de dar unos contenidos teóricos, ya que están tratando con personas, y es a partir de ello, que tienen que educar en base a la individualidad, la misma que muestra que cada niño es diferente y tiene unas necesidades concretas.

Duque (2001) menciona las siguientes pautas para incrementar la autoestima de los alumnos:

- Crear las condiciones ambientales, emocionales, psicológicas, para hacer sentir a cada alumno miembro importante en el aula y en los distintos escenarios de la vida escolar.
- Fomentar los vínculos de amistad entre los alumnos, a partir del diálogo, la tolerancia, la comprensión, y el compartir situaciones que influyen favorablemente a la sana convivencia.
- Ofrecer a los alumnos una cara amable, sonriente en actitud de aceptación y acogida.
- Expresar a los alumnos lo valiosos e importantes que ellos son.
- Brindar a los alumnos confianza, respeto, comprensión y trato cariñoso.
- Estimular la imaginación y participación de sus alumnos.
- Generar espacios escolares utilizando estrategias o actividades lúdicas en donde los alumnos puedan fortificar su autoestima y a su vez logren adquirir nuevas habilidades y destrezas. (pp.63-64)

El maestro con sus actuaciones y vivencias frente a los alumnos en la vida escolar, puede incrementar y fortalecer la autoestima de los educandos. Así entonces la puesta en práctica de pautas, estrategias, técnicas, etc., por parte de los docentes permite de forma efectiva estimular el desarrollo personal de los niños y niñas, puesto que, a través de la aplicación de técnicas adecuadas y acordes, los escolares podrán superar dificultades, experimentar cambios y adquirir habilidades y destrezas que van madurándose a través del tiempo, con lo cual podrán ir fortaleciendo su autoestima.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

Materiales

Para el desarrollo de la presente investigación se utilizó los siguientes materiales:

Equipo de computación

Material didáctico

Bibliografía especializada

Servicio de internet

Copias

Material de impresión

Cámara fotográfica

Tipo de estudio

La presente investigación tuvo un **enfoque descriptivo**, puesto que permitió establecer comparaciones entre la teoría y la práctica, logrando de esta manera tener un acercamiento a la realidad; a su vez esta investigación se basó en un tipo de **estudio transversal** porque se realizó en un lugar y periodo de tiempo determinado y es de tipo correlacional porque

Este trabajo se enmarco en un **diseño pre-experimental** por cuanto las técnicas lúdicas propuestas por la investigadora se pusieron en práctica con todos los estudiantes del sexto grado de la Unidad Educativa “Ciudad de Loja” y no hubo comparación con otros paralelos, para incidir de manera significativa en las técnicas para mejorar la autoestima a través de la forma pedagógica del taller al final del cual se procedió a evaluar la eficiencia de la alternativa diseñada.

Métodos

Para la elaboración de la investigación se utilizaron los siguientes métodos:

Método científico, con este método se inició la observación del escenario en el que se decidió trabajar, se analizaron problemas que son comprobables teóricamente, se observó si se utilizan o no técnicas lúdicas y por ende si estas promueven en el estudiante el fortalecimiento de su autoestima, a su vez se ha realizado una exhaustiva descripción del proyecto, definiendo los aspectos que intervienen en la correcta utilización de técnicas lúdicas, al igual que la generalización de ideas, teorizando la situación y formulando un marco teórico, mismo que refuerza lo planteado en la presente investigación.

Método deductivo, ayudó a determinar, analizar datos científicos y contrastarlos con la realidad vivida, haciendo que la intervención sea provechosa; además permitió comprobar que a pesar del avance tecnológico y evolución en temas de educación algunos docentes aún utilizan metodologías tradicionales que ubican al estudiante en un plano secundario, siendo esta una realidad global que afecta el desarrollo personal del niño.

Método inductivo, permitió establecer la relación entre conceptos y categorías de las técnicas lúdicas y la autoestima, durante el proceso de investigación con este método se partió de lo particular a lo general, iniciándose por las causas que originaron el problema para llegar a la generalización del mismo a partir de la comprensión teórica de la autoestima, también se lo empleó posteriormente para emitir conclusiones y recomendaciones sobre el problema investigado.

Método analítico-sintético, permitió realizar la descomposición de cada aspecto que compete a las técnicas lúdicas y la autoestima, para estudiarlas en forma individual y luego integrar dichas partes para estudiarlas de manera holística e integral, logrando de esta manera hacer una exploración metódica y breve, para comprender la esencia de todo el problema.

Método estadístico, a través de este método se pudo realizar la cuantificación absoluta y relativa de la información obtenida de las encuestas, además se lo utilizó para conocer la eficacia del programa a través de un cálculo de los resultados del pre y pos-test.

Técnicas e instrumentos

Técnicas

Observación directa, la misma que permitió observar los hechos durante todo el proceso de diseño y ejecución de la investigación.

Instrumentos

Escala de autoestimación de Lucy Reild adaptación de J. Mazzei

Ámbito que evalúa: Los niveles en la constitución del autoconcepto y autoestima del niño, el externo y el interno.

Propósito: saber cómo se está incorporando el niño al mundo escolar; no necesariamente su desempeño académico. Detectar a aquellos niños que pueden estar presentando dificultades de adaptación emocional y que suelen perderse en el grupo o no manifestar señales muy aparentes.

Función y habilidades: un autoconcepto positivo permite una mejor integración al medio escolar, mientras que uno de signo negativo lo obstaculiza. Consta de 20 afirmaciones, las cuales solo tienen como respuesta: A=De acuerdo, N= No sé y D= estoy en desacuerdo. Tiene 1 valoración de 1 a 3. Área que mide: Emocional-social y Conductual.

Autoconcepto Externo: clima escolar, actitudes, expectativas de los profesores, de los pares, los hermanos, valores y normas de los medios de comunicación, Características socioeconómicas del medio familiar.

Autoconcepto Interno: imagen que tiene el niño con respecto a lo que piensan de él, los padres, los compañeros, y amigos, Los profesores, imagen con respecto a lo que él debiera ser, imagen que tiene el niño de sí mismo, características individuales del niño.

Para garantizar la recuperación de la totalidad del instrumento que se aplicó a los alumnos de sexto grado, se solicitó la autorización al docente, para utilizar el tiempo necesario en la aplicación y recepción del instrumento. Además, esta forma de aplicación permitió la generación de espacios de trabajo e interacción para la explicación de algún ítem que no fuese entendido.

Diseño del taller

Para llevar a cabo el diseño de los talleres, se tomó en cuenta los juegos más significativos y adecuados a la edad de los alumnos, con la finalidad de mejorar la autoestima de los escolares y estimular la actividad constructiva de los mismos. El diseño de los talleres se dio en los meses de septiembre y octubre, durante los cuales se logró diseñar diez talleres. Los talleres constaron de un tema específico, objetivos del taller, dinámicas, actividades y por último la hoja de evaluación. Cada taller fue diseñado con un tiempo de duración de 90 minutos. Las técnicas lúdicas diseñadas para cada taller fueron: caja del tesoro oculto, reparto de estrellas, me expreso con mi cuerpo, mis sueños se elevan, yo soy, lluvia de elogios, el sombrero de la seguridad y un paseo por el bosque, las mismas que dentro del salón de clases propiciaran una relación afectiva con los estudiantes, pues solo así se podrá llegar al corazón de ellos y motivarlos a participar activamente en la adquisición de sus propias ideas y conocimientos.

Población

La población estuvo conformada por 96 estudiantes, de los cuales se trabajó con una muestra de dieciséis estudiantes, y se involucró en el proceso investigativo a la población en donde se encontró mayor problema, en este caso a los estudiantes de sexto grado de Educación General Básica, de la Unidad Educativa “Ciudad de Loja”.

Informantes	**Población**	**Muestra**
Estudiantes	96	16

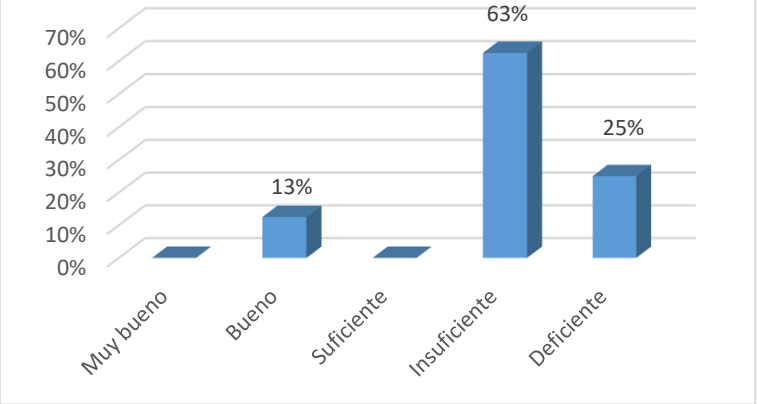
f. RESULTADOS

RESULTADOS DE LA ESCALA DE AUTOESTIMACIÓN DE LUCY REIDL APLICADA A LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE LA UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA".

Tabla 1.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno	--	--
Bueno	2	13
Suficiente	--	--
Insuficiente	10	63
Deficiente	4	25
Total	16	100

Gráfica 1. *Niveles de autoestima*



Fuente: Unidad Educativa "Ciudad de Loja"
Autora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Análisis e interpretación

Según los resultados obtenidos en el pre-test se puede evidenciar que 10 de los estudiantes presentan un nivel insuficiente de autoestima, lo cual corresponde a un 63%; 4 estudiantes muestran tener un nivel deficiente de autoestima, lo que equivale a un 25%, y 2 alumnos presenta un nivel de autoestima bueno, lo que corresponde a un 13%.

Branden (2010) menciona que:

"La autoestima es estar dispuestos a ser conscientes de que somos capaces de ser competentes para enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida y de que somos merecedores de felicidad" (p.17).

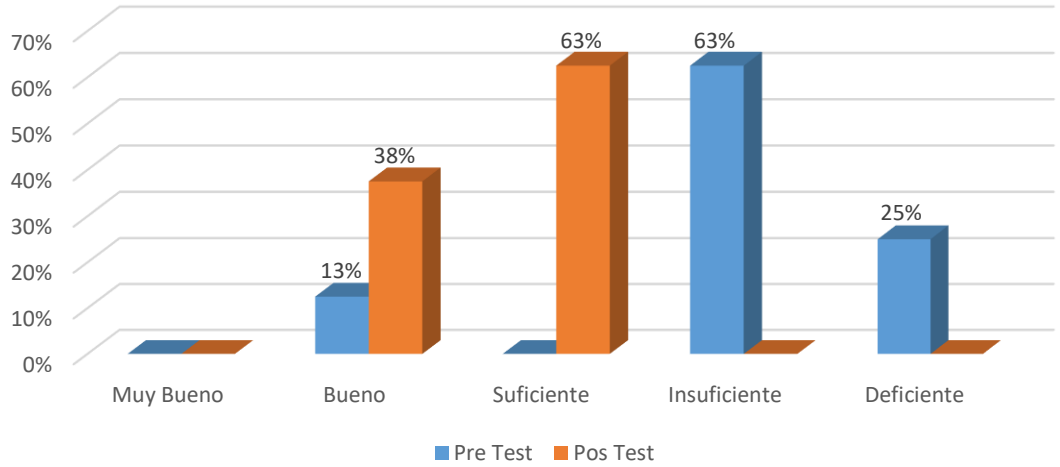
Se puede concluir que la mayoría de los alumnos presentan un nivel de autoestima insuficiente, es decir muestran una débil proyección de la auto imagen, frenos importantes en la irradiación de un yo personal, social, moral maduro, indecisiones, dependencias, desconfianzas, inseguridad básica, es por ello que tomando en cuenta lo vertido por el autor resulta sumamente importante desarrollar técnicas lúdicas que permitan mejorar la autoestima de los educandos, con lo cual se puede contribuir a que los niños y niñas obtengan un adecuado desenvolvimiento tanto personal como social, así también resulta necesario que el docente sea participe de la planificación y puesta en práctica de aquellas técnicas que permiten al niño fortalecer su autoestima.

ANÁLISIS COMPARATIVO DE LOS NIVELES DE AUTOESTIMA (PRE TEST – POS TEST)

Tabla 2.

	Pre Test			**Pos Test**	
Autoestima	**Frecuencia**	**Porcentaje**	**Autoestima**	**Frecuencia**	**Porcentaje**
Muy Bueno	--	--	**Muy Bueno**	--	--
Bueno	2	13	**Bueno**	6	38
Suficiente	--	--	**Suficiente**	10	63
Insuficiente	10	63	**Insuficiente**	--	--
Deficiente	4	25	**Deficiente**	--	--
Total	16	100	**Total**	16	100

Gráfica 2. *Comparación pre y pos tes de los niveles de autoestima*



Fuente: Escala de Autoestimación de Lucy Reidl
Autora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Análisis e interpretación

Mazzei (2002) menciona que:

> La escala está diseñada para evaluar los niveles en la constitución del autoconcepto y autoestima del niño, logrando así saber cómo se está incorporando el niño al mundo escolar. La escala consta de algunas puntuaciones, las puntuaciones altas indicaran que el sujeto muestra un alto concepto de sí mismo, confianza y optimismo, las puntuaciones medias reflejaran una conceptualización de un yo o imagen de si convencionalmente y socialmente aceptable, mientras que las puntuaciones bajas denotaran una débil proyección de la autoimagen y una muy baja estima. (p.26)

Los datos obtenidos en el diagnóstico inicial muestran que la mayoría de los estudiantes es decir el 63%, presentan un nivel insuficiente de autoestima, lo cual según lo mencionado por el autor Mazzei evidencia una débil proyección de la autoimagen y una muy baja estima de los escolares. Posteriormente luego de aplicada la propuesta de intervención psicoeducativa basada en talleres sobre técnicas lúdicas la mayoría de los estudiantes incrementaron significativamente su autoestima, es decir el 63% de los escolares pasaron de un nivel insuficiente de autoestima a un nivel suficiente, lo cual pone de evidencia la eficacia

de la aplicación de técnicas lúdicas y a su vez concuerda con lo mencionado por el autor Agallo quien asevera que:

> "Las técnicas lúdicas permiten desarrollar la actividad de grupo, puesto que posibilitan escenarios de comunicación interactiva, los cuales permiten a los participantes descubrir sus habilidades tanto personales como sociales y a su vez les permiten potenciar su autoestima" (p.8).

El uso de técnicas lúdicas dentro del salón de clases, contribuyen a que los estudiantes muestren mayor seguridad, confianza, además permiten intercambiar experiencias y opiniones con los compañeros, desarrollan habilidades tanto personales como sociales, desarrollan el pensamiento crítico, actitudes colaborativas, destrezas y sobre todo la capacidad de autoevaluación, todos ellos componentes esenciales para elevar su autoestima.

g. DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como propósito mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado, Unidad Educativa "Ciudad de Loja", sección vespertina, Loja. 2016-1017, para ello se planteó los siguientes objetivos específicos:

Objetivo 2

Diagnosticar el nivel de autoestima que presentan los estudiantes de sexto grado.

Al realizar un diagnóstico inicial se pudo determinar que el 63% de los estudiantes, presentaron un nivel de autoestima insuficiente; un 25% presentaron un nivel de autoestima deficiente y un 13% presentaron un nivel de autoestima bueno.

Según Marín y Martinez (2012):

> La autoestima es la medida en la cual uno se aprecia, valora, aprueba o se gusta a sí mismo, es lo que yo pienso y siento sobre mí. La autoestima de este modo influye en nuestra manera de ser, de estar, de actuar en el mundo y de relacionarnos, es la suma de la autoconfianza, el reconocimiento de la propia competencia y la consideración que tiene cada uno de sí mismo. (p.52)

Por lo tanto, según lo manifestado por el autor la autoestima constituye un pilar fundamental en el desarrollo personal del individuo, puesto que esta influye directamente en su forma de pensar, sentir y actuar. Es así que se debe prestar mayor importancia al aspecto emocional de los estudiantes, pues según el diagnóstico realizado en la institución educativa los niveles de autoestima que presentaron los alumnos de sexto grado en su mayoría fueron insuficientes, es decir que los niños tienen una débil proyección de sí mismos y a su vez manifiestan indecisiones, dependencias, desconfianzas e inseguridad, según la escala de autoestimación de Lucy Reidl que se aplicó inicialmente como pre test.

Objetivo 3

Diseñar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima.

Se diseñaron 10 talleres de técnicas lúdicas para mejorar la autoestima, en los meses de septiembre y octubre. Los talleres constaron de un tema específico, objetivos del taller, dinámicas, actividades y por último la hoja de evaluación. Cada taller fue diseñado con un tiempo de duración de 90 minutos. Las técnicas lúdicas diseñadas para cada taller fueron: caja del tesoro oculto, reparto de estrellas, me expreso con mi cuerpo, mis sueños se elevan, yo soy, lluvia de elogios, el sombrero de la seguridad y un paseo por el bosque. Así al plantear unas acciones lúdicas dentro del salón de clases se logrará propiciar una relación afectiva con los niños.

Las técnicas lúdicas desempeñan un papel muy importante en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes, por lo que se tomó en cuenta las técnicas lúdicas más significativas y acordes a la edad y a las necesidades de los escolares.

Objetivo 4

Aplicar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado.

La aplicación de los 10 talleres de técnicas lúdicas se cumplieron satisfactoriamente, puesto que los estudiantes de sexto grado mostraron total predisposición en la realización de las actividades planificadas, a su vez estas técnicas contribuyeron enormemente en el fortalecimiento de su autoestima. Los talleres se dieron en los meses de noviembre y diciembre teniendo un mes de duración aproximadamente. La puesta en prácticas de técnicas lúdicas además de proporcionar seguridad, optimismo, independencia, libertad en la toma de decisiones, también proporcionaron a los niños alegría, felicidad y satisfacción, sentimientos que denotan la construcción de la autoestima de los niños y niñas. Así también es importante rescatar que el ámbito escolar (después del hogar) es el lugar idóneo para sembrar en los estudiantes actitudes positivas, valores, confianza y respeto por sí mismos.

Objetivo 5

Valorar la funcionalidad de las técnicas lúdicas, para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado.

Para valorar la efectividad de las técnicas lúdicas se aplicó la Escala de Autoestimación de Lucy Reidl con la cual se pudo evidenciar que la mayoría de los estudiantes, es decir el 63%, que presentaban en el diagnóstico inicial un nivel insuficiente de autoestima, pasaron a un nivel suficiente de autoestima, con lo cual se pude evidenciar la eficacia que tuvo la propuesta de intervención psicoeducativa en la mejora de la autoestima de los escolares y a su vez los resultados obtenidos se relacionan con lo mencionado por el autor Crespillo (2010) quien afirma que el hacer uso de técnicas o actividades lúdicas en la escuela, es primordial para el desarrollo personal del niño ya que estas influyen directamente en su autoestima, pues a través del juego el niño organiza su pensamientos, adquiere mayor seguridad, explora el mundo que le rodea, desarrolla habilidades personales y sociales, se vuelve más independiente, intercambia opiniones, desarrolla la autonomía y el pensamiento crítico, controla sus sentimientos y aprende a resolver sus problemas emocionales.

Con los resultados obtenidos se evidencia la validez de las técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado de la Unidad Educativa “Ciudad de Loja”.

h. CONCLUSIONES

- La fundamentación teórica fortalece el conocimiento acerca de la importancia que tienen las técnicas lúdicas dentro del aula de clase, y que las diferentes técnicas lúdicas intervienen en el mejoramiento de la autoestima de los estudiantes.

- Mediante el diagnóstico realizado a los estudiantes se comprobó que en su mayoría presentaban un nivel de autoestima insuficiente, es decir muestran inseguridad, desconfianza y timidez.

- Se diseñaron diez talleres tomando en cuenta las técnicas lúdicas más significativas y adecuadas para mejorar la autoestima de los estudiantes, los talleres estuvieron organizados secuencialmente y sustentados en los referentes teóricos.

- Se aplicaron diez talleres, basados en técnicas lúdicas, para mejorar la autoestima de los escolares. Los talleres de técnicas lúdicas se cumplieron satisfactoriamente, puesto que los estudiantes de sexto grado realizaron adecuadamente las actividades planificadas y lograron mejorar su autoestima mediante las técnicas lúdicas diseñadas en los talleres.

- Una vez aplicado el pre y post test se puede evidenciar en los resultados que los estudiantes inicialmente en su mayoría presentaban un nivel de autoestima insuficiente y al aplicar los talleres de técnicas lúdicas los escolares lograron mejorar su autoestima, pasando de un nivel insuficiente de autoestima a un nivel suficiente.

i. RECOMENDACIONES

- Se recomienda al docente participar en capacitaciones sobre el uso adecuado de las técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los niños de sexto grado de la Unidad Educativa “Ciudad de Loja”.

- Es importante invitar al Departamento de Consejería Estudiantil, a que realicen un diagnóstico continuo sobre los niveles de autoestima que presentan los escolares con la finalidad de conocer las dificultades que estos puedan estar presentando.

- Que la planta docente junto al DECE, desarrolle talleres de autoestima dentro del centro educativo, lo cual significaría un aporte muy valioso para facilitar la comunicación entre pares y a su vez potenciar el desarrollo personal y académico de los estudiantes en general.

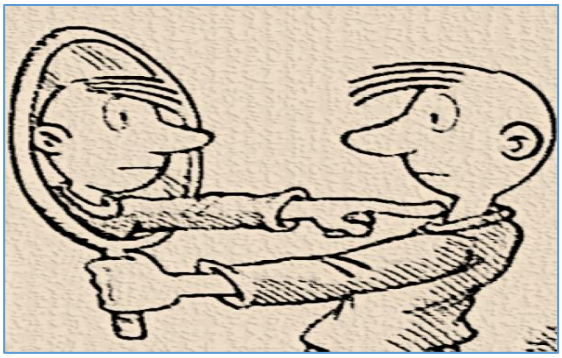
- Que el docente continúe utilizando técnicas lúdicas, para seguir fortaleciendo la autoestima de sus educandos.

- A la Directora del centro educativo tomar como referencia la presente investigación, con el fin de dar continuidad a la aplicación de técnicas lúdicas para mejorar la autoestima de los escolares.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN:

TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA



ESCUELA: UNIDAD EDUCATIVA "CUIDAD DE LOJA"

DIRIGIDO A: ESTUDIANTES DE SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

ESTUDIANTE PROPONENTE: CARMEN TATIANA BENÍTEZ CUENCA

LOJA-ECUADOR

2016

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN BASADA EN TÉCNICAS LÚDICAS

PRESENTACIÓN

La presente propuesta de intervención psicoeducativa hace referencia al necesario uso de técnicas lúdicas en el salón de clase, las mismas que permitirán que los estudiantes obtengan un mejor desenvolvimiento tanto a nivel personal como social , es oportuno recalcar que los docentes aun manejan una metodología tradicional, y así mismo las relaciones sociales al interior de la escuela son autoritarias, se alienta la competitividad, y los y las estudiantes se perciben como que no valen y no pueden, sin embargo dentro de las premisas de las técnicas lúdicas lo que se pretende es que el sujeto fortalezca y mejore su autoestima la misma que le permitirá alcanzar la superación personal, puesto que a través de las técnicas lúdicas se lograra que los estudiantes tengan una participación más activa y efectiva, siendo el maestro un guía-facilitador.

El principal objetivo de esta intervención será mejorar la autoestima de los estudiantes a través de la correcta utilización de las técnicas lúdicas en cuanto sea posible su aplicabilidad. Se pretende realizar esta propuesta de intervención como parte de la metodología utilizada en la institución. Se ha creído conveniente ejecutar esta propuesta en la modalidad de talleres, para lo cual se desarrollaron 10 talleres que cuentan con la duración de una hora con treinta minutos en cada sesión, pretendiendo de esta manera ayudar a los individuos a reconocerse como seres únicos y con potenciales a desarrollar. En cuanto a la metodología, el trabajo alude a aspectos que hacen referencia a la utilización de consignas, el manejo de la clase y algunas dinámicas de grupo necesarias para ambientar y explorar contenidos, y a su vez también reúne la parte humana, afectiva y actitudinal del docente frente a sus estudiantes en la sesión de clases; cada aspecto que compete a las técnicas lúdicas involucra directamente a los estudiantes.

En el desarrollo de la propuesta de intervención pueden aparecer ciertas variantes limitantes al momento de trabajar, tomando en cuenta que, para mayor efectividad de las técnicas lúdicas, debe existir colaboración por parte de los estudiantes, espacios adecuados de trabajo y el tiempo necesario, sumado a la predisposición tanto del docente como de la facilitadora.

Dentro de la realización de cada taller se específica los materiales y recursos que se van a utilizar en el desarrollo del mismo.

Objetivo general

Implementar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado, Unidad Educativa “Ciudad de Loja”, sección vespertina.

Objetivos específicos

Tomar conciencia de la imagen que los niños tienen de sí mismos y potenciar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.

Apreciar y valorar las cualidades positivas que poseen cada uno de los estudiantes.

Fomentar las relaciones interpersonales.

Describir fortalezas, principios, talentos y concienciar a los estudiantes de la gran riqueza que como personas poseen.

Reforzar el sentimiento de identidad del niño y afianzar la confianza en sí mismo.

Proporcionar el intercambio emocional gratificante entre los estudiantes.

Fortalecer la seguridad en los escolares.

Mejorar la confianza y estimular la acción de autovalorarse.

Participantes: Estudiantes de sexto grado de la Unidad Educativa “Ciudad de Loja”.

Responsable: Carmen Tatiana Benítez Cuenca.

Duración de cada taller: 90m.

Lugar: Unidad Educativa “Ciudad de Loja”

Desarrollo de los talleres

TALLER 1

Sensibilización

Tema: Presentación, aplicación del pre-test y ejercicio de sensibilización.

Objetivo: Socializar la propuesta y crear un buen rapport.

Fecha: 16-11-2016

Desarrollo

Presentación

Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal, explica por qué su presencia, y mencionando lo que se va a trabajar.

Dinámica de presentación

Se utiliza la dinámica "Yo me llamo y me pica aquí", para conocer los nombres de los estudiantes, la misma que consiste en que los estudiantes formen un circulo y a partir de la derecha empezaran a ir diciendo el nombre y tocando una parte del cuerpo en donde les pica, el compañero/a que le sigue continuara diciendo su nombre y a su vez dirá y a mi amigo le pica aquí y a mí me pica acá y así continuara la dinámica hasta el último participante.

Motivación: Dinámica de sensibilización

Nombre de la dinámica: "El pueblo manda"

Procedimiento

Para el desarrollo de esta dinámica, se deben cumplir los siguientes pasos:

Colocarse en círculo con su respectiva silla.

La facilitadora explica que se van a dar diferentes órdenes, que para que sean cumplidas, se debe haber dicho antes la siguiente consigna: "El pueblo manda", por ejemplo: "El pueblo manda que se cambien de asiento los que tienen zapatos". Sólo cuando diga la consigna la

orden puede realizarse. Se pierde si no se cumple la orden o cuando se obedece sin haber dicho previamente la consigna.

Se pasa entonces a dar las distintas órdenes, con una consigna distinta y estas se darán lo más rápidamente posible, para que el ejercicio sea ágil.

Aplicación del pre-test a los estudiantes

Se procede a entregar a los y las estudiantes la Escala de Autoestimación de Lucy Reidl, posteriormente se procederá a dar las instrucciones que deben seguir y se dará una breve explicación de cómo llenar la escala la misma que consta de 20 ítems.

Cierre del taller

Al finalizar la sesión, se realiza una pequeña evaluación, a través de preguntas dirigidas a los estudiantes: ¿Cómo se han sentido? ¿Para qué les sirvieron las dinámicas? ¿Les gusto lo realizado en las dinámicas? Se invita para la próxima sesión.

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 1 "Sensibilización"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 16 de noviembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
Presentación, aplicación del pre-test y ejercicio de sensibilización.	Dar a conocer la propuesta y crear un buen rapport, para desarrollar los talleres.	Presentación	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal, explica por qué su presencia, y mencionando lo que se va a trabajar.	15	Pizarra Marcadores
		Dinámica de presentación: " Yo me llamo y me pica aquí"	Se utiliza esta dinámica, para conocer los nombres de los estudiantes, la misma que consiste en que los estudiantes formen un circulo y a partir de la derecha empezaran a ir diciendo el nombre y tocando una parte del cuerpo en donde les pica, el compañero/a que le sigue continuara diciendo su nombre y a su vez dirá y a mi amigo le pica aquí y a mí me pica acá y así continuara la dinámica hasta el último participante.	20	Estudiantes. Responsable de la propuesta
		Dinámica de sensibilización: "El pueblo manda"	Colocarse en círculo con su respectiva silla. La facilitadora explica que se van a dar diferentes órdenes, que para que sean cumplidas, se debe haber dicho antes la siguiente consigna: "El pueblo manda", por ejemplo: "El pueblo manda que se cambien de asiento los que tienen zapatos". Sólo cundo diga la consigna la orden puede realizarse. Se pierde si no se cumple la orden. Se pasa entonces a dar las distintas órdenes, con una consigna distinta y estas se darán lo más rápidamente posible, para que el ejercicio sea ágil.	20	Estudiantes Responsable de la propuesta Sillas
		Aplicación del pre-test a los estudiantes	Se procede a entregar a los y las estudiantes la Escala de Autoestimación de Lucy Reidl, posteriormente se procederá a dar las instrucciones que deben seguir.	25	Escala de Autoestimación De Lucy Reidl
		Cierre del taller	Se realiza una pequeña evaluación, a través de preguntas dirigidas a los estudiantes: ¿Cómo se han sentido? ¿Para qué les sirvieron las dinámicas? ¿Les gusto lo realizado en las dinámicas? Se invita para la próxima sesión.	10	Pizarra Marcadores

TALLER 2

Nombre del taller: Conociéndome a mí mismo

Nombre de la técnica: "Caja del tesoro oculto"

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 21-11-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Tomar conciencia de la imagen que los niños tienen de sí mismos y potenciar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.

Actividades

- Introducción

Toda persona tiene en su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes maneras, muchas veces estas manifestaciones dependen de otros factores, según el lugar físico, sentimental, emocional; estos a la vez pueden influir positiva o negativamente en la formación de cada persona. De ahí resulta importante que los seres humanos aprendan a percibirse de una manera realista y sobre todo a que descubran lo único y especiales que son, a que se conozcan y sepan actuar según su forma de ser, pues todo ello resulta importante, ya que contribuirá a mejorar su autoestima, algo tan valioso y necesario para el desarrollo de todo niño y niña. .

- Motivación

Dinámica: "Los elementos de la naturaleza"

Objetivo: Destacar cuan importantes somos.

Para llevar a cabo la dinámica, primeramente, entregamos un papel a todos los niños, posteriormente les decimos que escriban en él un elemento de la naturaleza y porque es importante seguido de esto les pedimos a todos los niños que en lugar del elemento de la naturaleza coloquen su nombre y finalmente hacemos leer en voz alta a todos los niños, como quedo finalmente su escrito.

- Breve introducción sobre el tema

No puedes tocarla, pero afecta cómo te sientes. No puedes verla, pero tal vez aparezca cuando te miras al espejo. No puedes oírla, pero está allí cuando hablas o piensas sobre ti mismo.

¿Qué es esta cosa importante pero misteriosa? Es tu autoestima.

La Autoestima

Coopersmith (1967) define la autoestima como:

> La evaluación que hace el 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. La autoestima es el juicio personal de la valía que es expresada en las actitudes que tiene un individuo hacia sí mismo. (p.5)

Marín y Martinez (2012) afirman que:

> La autoestima es la medida en la cual uno se aprecia, valora, aprueba o se gusta a sí mismo, es lo que yo pienso y siento sobre mí. La autoestima de este modo influye en nuestra manera de ser, de estar, de actuar en el mundo y de relacionarnos. La autoestima, a pesar de su marcado carácter personal, incluye un componente esencial importante, ya que tiene mucho que ver en cómo nos ven los demás. (p.52)

En definitiva, la autoestima es sentirse bien consigo mismo, tener autoconfianza, aceptarse tal como es, estar feliz por ser quien es y a su vez esta pasaría a ser nuestra valía que se basa en todos nuestros pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida. La autoestima a la vez significa saber que somos valiosos y dignos de ser amados, valiosos porque somos capaces de resolver algunas situaciones con éxito y por lo tanto podemos estar a la altura de los demás; y dignos

de ser amados porque somos seres humanos y por lo tanto tenemos derecho a ser amados de manera incondicional.

Nunca es tarde para construir una autoestima positiva y sana. La autoestima interviene en casi todo lo que haces.

El ser humano requiere de autoestima

Duque (2001) menciona que:

> La convivencia con los demás es un espacio vital que tiene el individuo y a partir de las relaciones interpersonales que establece con estas nace la estima de la persona. Pues la estima parte de la evaluación que los demás hacen de las acciones y de las vivencias. La persona necesita que se le estime, se le considere, se le valore, de esto depende la seguridad personal. La seguridad en sí mismo, es un signo de personalidad. La autoestima nos permite aprender a aceptarnos, a querernos y a dar lo mejor de nosotros a los demás. (p.23)

La calidad de las relaciones que se hayan tenido y que se tengan a lo largo del ciclo vital, con las personas significativas en nuestra vida permitirán que nuestra autoestima se vaya fortaleciendo día a día, llegando así a convertirse en un pilar solido difícil de derrumbar, el cual permitirá enfrentarse fácilmente a los desafiaos de la vida. Así también puedo rescatar que la autoestima es el centro principal del crecimiento personal de los seres humanos, es el punto de partida desde el cual se proyecta sus metas y objetivos y sobre todo es la parte fundamental para que la persona alcance su plenitud y su autorealización.

Lectura reflexiva

La mente de Steve da vueltas sin parar mientras hace sus deberes. "Nunca lograré aprobar este examen de historia piensa. Mi padre tiene razón, soy como él nunca haré gran cosa en la vida". Distraído, baja la mirada y piensa en lo flacas que son sus piernas. "Uf se dice. Seguro que el entrenador de fútbol no me deja ni intentarlo cuando vea lo poca cosa que soy".

Julio está estudiando para el mismo examen de historia que Steve, y tampoco es un amante de esa asignatura. Pero aquí se acaban las similitudes. Julio tiene una actitud completamente diferente: “Bueno, historia otra vez, pero estudiare y daré lo mejor de mí.

Y, cuando Julio piensa en su aspecto, también es mucho más positivo. Aunque es más bajo y delgado que Steve, Julio es mucho menos propenso a culpar o criticar su cuerpo y piensa: "Tal vez esté delgado, pero corro bien. Seré una buena incorporación para el equipo de fútbol".

La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, puede afectar a nuestra manera de estar, de actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa a la influencia de la autoestima.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Primeramente, dentro de una caja esconderemos un espejo. A los niños/as les explicaremos que dentro hay un tesoro único en el mundo, algo especial, maravilloso, algo irrepetible. Generaremos así expectativa. De uno en uno, abriremos la caja y pediremos que no diga nada a nadie. Cuando todos los niños hayan visto el tesoro pediremos que digan qué es lo que han visto. Tras esto, les preguntaremos que digan en voz alta qué creen ellos que les hace únicos y especiales, personas irrepetibles y maravillosas.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación taller 2:

"Conociéndome a mí mismo"

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 2 "Conociéndome a mí mismo"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 21 de noviembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
"Conociéndome a mí mismo" **Técnica lúdica:** "Caja del tesoro oculto"	Tomar conciencia de la imagen que los niños tienen de sí mismos y potenciar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "Los elementos de la naturaleza"	Objetivo: Destacar cuan importantes somos. Para llevar a cabo la dinámica, primeramente, entregamos un papel a todos los niños, posteriormente les decimos que escriban en él un elemento de la naturaleza y porque es importante seguido de esto les pedimos a todos los niños que en lugar del elemento de la naturaleza coloquen su nombre y finalmente hacemos leer en voz alta a todos los niños, como quedo finalmente su escrito.	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Adivinanza sobre la autoestima. Brainstorming de los estudiantes sobre lo que es la autoestima. Pregunta reflexiva dirigida a los estudiantes ¿Por qué es importante que los seres humanos posean autoestima? Conclusiones generales sobre la lectura reflexiva sobre autoestima.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Primeramente, dentro de una caja esconderemos un espejo. A los niños/as les explicaremos que dentro hay un tesoro único en el mundo, algo especial, maravilloso, algo irrepetible. Generaremos así expectativa. De uno en uno, abriremos la caja y pediremos que no diga nada a nadie. Cuando todos los niños hayan visto el tesoro pediremos que mencionen qué es lo que han visto. Tras esto, les preguntaremos que digan en voz alta qué creen ellos que les hace únicos y especiales, personas irrepetibles y maravillosas.	25 m	Cajas con espejos Hojas
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 3

Nombre del taller: Rescatando mis cualidades

Nombre de la técnica: Reparto de estrellas

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 25-11-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Apreciar y valorar las cualidades positivas que poseen cada uno de los estudiantes.

Actividades

- Introducción

Las personas que saben valorar y apreciar sus cualidades viven más felices que las que no saben apreciar las cualidades que poseen. El problema de quien no valora lo que posee es que en muchas ocasiones llega a compararse con los demás. El que los niños reconozcan sus características y cualidades les va ayudando a fortalecer su autoestima y a su vez también permiten que estos tengan un adecuado desarrollo emocional.

- Motivación

Dinámica: "El pollito"

Objetivo: Divertir y animar al grupo.

En un bosque, hay un árbol, y en el árbol, una rama, y en la rama, hay un nido y en el nido un pollito, y el pollito?? se cayó, y lo pisaba, y lo pisaba, y lo pisaba, y lo pisaba, y lo pisaba, y el pollito?? se ensucio, y lo lavaba, y lo lavaba, y lo lavaba, y lo lavaba, y lo lavaba, y el pollito?? se mojó, y lo exprimía, y lo exprimía, y lo exprimía, y lo exprimía, y lo exprimía, y el pollito?? se arrugó, y lo planchaba, y lo planchaba, y lo planchaba, y lo planchaba, y lo

planchaba, y el pollito?? se quemó, y lo soplaba, y lo soplaba, y lo soplaba, y lo soplaba, y lo soplaba y el pollito?? exploto, y lo pegaba, y lo pegaba, y lo pegaba, y lo pegaba, y lo pegaba, y el pollito?? se voló.

- Breve introducción sobre el tema

Valorar nuestras cualidades

Delgado (2016) afirma:

> Para lograr encontrar nuestro verdadero valor como seres humanos, debemos empezar por nosotros mismos, siendo conscientes de la gran riqueza que poseemos, de saber verdaderamente qué es lo que somos, estar al tanto de nuestras fortalezas, cualidades, valores, principios, talentos, conocimientos, es decir aceptarnos tal y como somos. (s/p)

Escalera de la autoestima

Según Sparisci (2013) la escalera de la autoestima se desglosa de la siguiente manera:

> Autoconocimiento: conocer las necesidades del sí mismo, como actúa y siente. Me permite ser consiente de mis virtudes, defectos y sobre todo posibilidades para seguir desarrollándome.
>
> Autoconcepto: son creencias que se tienen acerca de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto, si se cree inteligente o apto, actuará como tal.
>
> Autoevaluación: capacidad interna para considerar si algo me beneficia, esto es, me ayuda a crecer o, por el contrario, constituye algo negativo.
>
> Autoaceptación: admitir en mí, todas mis características, sin realizar comparaciones con los demás, o queriendo copiar modelos porque experimento insatisfacción frente a mí.
>
> Autorespeto: estar atento y satisfacer a mis necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo.

> Autoestima: es la síntesis de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y esta consiente de sus cambios; crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, y se acepta, y respeta tendrá autoestima. (pp.20-21)

Varios son los escalones por los que cada persona debe subir para aceptarse en su totalidad y es así que a través de conocer cuáles son sus necesidades, llegar a creer en sí mismo, tener, admitir sus defectos, virtudes y valorarse como persona, llegaran a fortalecer su autoestima.

Lectura reflexiva

"Asamblea en la carpintería"

Cuentan que a media noche hubo en la carpintería una extraña asamblea. Las herramientas se habían reunido para arreglar diferencias que no las dejaban trabajar.

El Martillo pretendió ejercer la presidencia de la reunión, pero enseguida la asamblea le notificó que tenía que renunciar:

– No puedes presidir, Martillo – le dijo el portavoz de la asamblea – Haces demasiado ruido y te pasas todo el tiempo golpeando.

El Martillo aceptó su culpa, pero propuso:

– Si yo no presido, pido que también sea expulsado el Tornillo puesto que siempre hay que darle muchas vueltas para que sirva para algo.

El Tornillo dijo que aceptaba su expulsión, pero puso una condición:

– Si yo me voy, expulsad también a la Lija puesto que es muy áspera en su trato y siempre tiene fricciones en su trato con los demás.

La Lija dijo que no se iría a no ser que fuera expulsado el Metro. Afirmó:

– El Metro se pasa siempre el tiempo midiendo a los demás según su propia medida como si fuera el único perfecto.

Estando la reunión en tan delicado momento, apareció inesperadamente el Carpintero que se puso su delantal e inició su trabajo. Utilizó el martillo, la lija, el metro y el tornillo. Trabajó

la madera hasta acabar un mueble, el carpintero se levantó, observo el mueble y sonrió al ver lo bien que había quedado. Se quitó el delantal de trabajo y salió de la carpintería.

De inmediato la Asamblea volvió a reunirse y el alicate tomo la palabra: "Queridos compañeros, es evidente que todos tenemos defectos, pero acabamos de ver que nuestras cualidades hacen posible que se puedan hacer muebles tan maravillosos como éste". Las herramientas se miraron unas a otras sin decir nada y el alicate continuo: "son nuestras cualidades y no nuestros defectos las que nos hacen valiosas. El martillo es fuerte y eso nos hace unir muchas piezas. El tornillo también une y da fuerza allí donde no actúa el martillo. La lija lima aquello que es áspero y pule la superficie. El metro es preciso y exacto, nos permite no equivocar las medidas que nos han encargado. Y así podría continuar con cada una de vosotras.

Después de aquellas palabras todas las herramientas se dieron cuenta que sólo el trabajo en equipo les hacía realmente útiles y que debían de fijarse en las cualidades de cada una para conseguir el éxito.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Sentados en el suelo, en forma de círculo diremos algo positivo a cada uno de los participantes a la vez que les otorgamos una estrella de papel o una pegatina. Lo de menos es la estrella ya que todos debemos acabar con el mismo número de ellas. Lo fundamental es pensar en lo que decimos a los demás, lo que nos dicen y lo que sentimos. Al finalizar el juego es importante que preguntemos qué es lo que más les ha gustado, lo que menos y cómo se han sentido a lo largo de la actividad.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 3:

“Rescatando mis cualidades”

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 3 "Rescatando mis cualidades"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 25 de noviembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
"Rescatando mis cualidades" **Técnica lúdica:** "Reparto de estrellas"	Apreciar y valorar las cualidades positivas que poseen cada uno de los estudiantes.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "El pollito"	Objetivo: Divertir y animar al grupo. En un bosque, hay un árbol, y en el árbol, una rama, y en la rama, hay un nido y en el nido un pollito, y el pollito?? se cayó, y lo pisaba, y lo pisaba, y el pollito?? se ensucio, y lo lavaba, y lo lavaba, y el pollito?? se mojó, y lo exprimía, y lo exprimía, y el pollito?? se arrugó, y lo planchaba, y lo planchaba, y el pollito?? se quemó, y lo soplaba, y lo soplaba, y el pollito?? exploto, y lo pegaba, y lo pegaba, , y el pollito?? se voló.	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Análisis crítico de los estudiantes sobre el valor de nuestras cualidades. Completamiento de frases que permitan a los niños ir descubriendo los aspectos que forman parte de la escalera de la autoestima. Reflexión sobre la lectura: asamblea en la carpintería.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica.	Sentados en el suelo, en forma de círculo diremos algo positivo a cada uno de los participantes a la vez que les otorgamos una estrella de papel o una pegatina. Lo de menos es la estrella ya que todos debemos acabar con el mismo número de ellas. Lo fundamental es pensar en lo que decimos a los demás, lo que nos dicen y lo que sentimos. Al finalizar el juego es importante que preguntemos qué es lo que más les ha gustado, lo que menos y cómo se han sentido a lo largo de la actividad.	25 m	Stickers
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 4

Nombre del taller: Mi expresión comunica

Nombre de la técnica: Me expreso con mi cuerpo

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 29-11-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Fomentar las relaciones interpersonales a través de juegos de simulación.

Actividades

- Introducción

La expresión corporal busca el desarrollo de la imaginación, el placer por los juegos, la improvisación, la espontaneidad y la creatividad. El resultado es un enriquecimiento de las actividades cotidianas y del crecimiento personal además permite encontrar modalidades de comunicación más profundas e íntegras, lo que repercute en el encuentro con los demás. "Porque en gustos se rompen géneros y los géneros son tan diversos como los gustos las edades, los sexos."

- **Motivación**

Dinámica: "El tallarín"

Objetivo: Salir de la zona de confort

Yo…. soy un tallarín, un tallarín, un tallarín

todo pegoteado, todo pegoteado

un poquito de aceite, un poquito de sal

¿Te lo comes tu……? ¡Y….. sales a bailar!

- Breve introducción sobre el tema

Autoestima y relaciones interpersonales

López (2014) menciona:

> El ser una persona abierta y espontanea permite establecer una interacción recíproca entre dos o más personas, puesto que las relaciones interpersonales nos permiten alcanzar ciertos objetivos necesarios para nuestro desarrollo en una sociedad, y la mayoría de estas metas están implícitas a la hora de entablar lazos con otras personas. Es así que el tener libertad para expresarnos en público, mostrarnos ante los demás tal y como somos, soltar los lastres de la excesiva timidez y mostrar nuestro cuerpo, nuestro rostro, nuestra voz y nuestras palabras nos abren la puerta a desarrollar una autoestima más definida, y a su vez ganar seguridad personal y autoconfianza. (s/p)

Importancia de la expresión

López (2014) afirma:

> El ser humano, desde que nace tiene la necesidad de expresar necesidades, emociones e ideas y como medio de comunicación usa su cuerpo, el cuerpo es el instrumento de expresión y comunicación por excelencia. En los seres humanos antes del desarrollo completo de lo lingüístico se produce una explosión en el desarrollo psicomotor, que nos permite controlar nuestro cuerpo. Obtener el control de nuestro cuerpo es fundamental a la hora de desarrollar más autoestima. Poco a poco ese desarrollo de la palabra unido al desarrollo del cuerpo nos ayuda a conocernos y a mostrar lo que somos a los demás, y esa integración nos aporta una seguridad en nosotros mismos más compleja y completa. Resulta sumamente importante potenciar la expresividad en los niños a través de todos estos canales: cuerpo, gesto, voz y palabra para sentar unas buenas bases. (s/p)

Tarrés (2013) asevera:

> Dentro de la expresión juega un papel importante la simulación o el jugar a ser, puesto que este tipo de juego es el más opcional para desarrollar habilidades personales y sociales, a la vez que aumenta la autoestima de los niños. Cualquier juego que implique

ponerse en el lugar de otro y relacionarse con otras personas, reales o imaginarias, es una excelente oportunidad para fomentar la autoestima de los niños. (s/p)

Nuestra forma de pensar, sentir y actuar varía de acuerdo a la manera en cómo nos percibirnos y como nos expresamos ante los demás puesto que si nuestra autoestima es alta vamos a tener una buena percepción de nosotros mismos, tenderemos a realizar cosas siempre positivas, las mismas que nos permitirán alcanzar las metas propuestas, sintiéndonos así satisfechos por los logros alcanzados y a su vez esto permitirá que nuestra autoestima aumente aún más, en tanto que si nuestra autoestima es negativa ocurriría todo lo contrario.

Lectura reflexiva

"Carla y sus amigos parlantes"

Carla Coletas era una niña buena, un poco callada y reservada. No hablaba mucho, en parte por vergüenza, y en parte también porque a veces no sentía que tuviera nada interesante que decir. Pero el año que Carla y su familia se cambiaron de casa, todo eso cambió.

Cuando llegó a la nueva casa, Carla descubrió un gran desván lleno de trastos viejos, al fondo del cual había un gran baúl en el que encontró todo tipo de cosas extrañas; y al fondo, debajo de todas ellas, encontró algo especial: era un libro antiguo, con las tapas muy gruesas y pesadas, escrito con letras doradas. Pero lo que lo hacía especial de verdad, era que podía brillar en la oscuridad y que, de la forma más fantástica y mágica, el libro flotaba en el aire, y no necesitaba estar apoyado.

Carla llevó el libro a su cuarto y lo escondió hasta la noche, poniendo a su perrito a vigilar. Y cuando estuvo segura de que no vendría nadie, se sentó junto a su perro y comenzó a leer. Era un libro de cuentos, pero casi no pudo leer nada porque al poco su perro comenzó a hablarle:

- ¡Qué libro más interesante has encontrado!, tiene unos cuentos muy bonitos!

Carla no se lo podía creer, pero su perro seguía hablando con ella, contándole cosas y haciéndole mil preguntas. Finalmente, la niña pudo reaccionar y preguntar

-Pero, ¿cómo es que estás hablando?

- No lo sé- dijo el perro ahora yo sólo digo lo que antes pensaba... para mí no ha cambiado mucho, pero supongo que habrá sido este libro raro

Carla decidió investigar el asunto, y se le ocurrió enseñar el libro a otros animales. Uno tras otro, todos comenzaban a hablar, y en poco tiempo, Carla estaba charlando amistosamente con un perro, tres gatos, dos palomas, un periquito y cinco lagartijas. Todos ellos hablaban como si lo hubieran hecho durante toda la vida, y ¡todos decían cosas interesantísimas! ¡Claro, chica!, le decía el lagartijo Pipón, ¡todos tenemos una vida increíble!

Durante algunos días, Carla Coletas estuvo charlando y charlando con sus nuevos amigos, y disfrutaba de veras haciéndolo, pero un día, sin saber ni cómo, el libro desapareció, y con él también lo hicieron sus amigos los animales con sus voces. Carla buscó por todas partes, pero no hubo forma de encontrarlo, y a los pocos días, echaba tanto de menos las animadas charlas con sus amigos, que no podía pensar en otra cosa.

Entonces recordó lo que le había dicho Pipón, y pensó que ella casi no hablaba nunca con sus compañeros del cole y otros niños, y ¡seguro que todos tenían una vida increíble! Así que, desde aquel día, poquito a poco, Carla fue hablando más y más con sus compañeros, tratando de saber algo más de sus increíbles vidas, y resultó que, sin apenas darse cuenta, tenía más amigos que ningún otro niño; y ya nunca más le faltó gente con la que disfrutar de una buena charla.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Indicaremos a los niños que en silencio deben expresar con su cuerpo cuál es su afición favorita. Los compañeros deben adivinar qué están representando sus compañeros. A continuación, deben salir y representar lo que ha hecho el compañero y luego lo que más le gusta a él, y así sucesivamente, deben recordar lo que han representado todos los compañeros.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 4:

“Mi expresión comunica**”**

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 4 "Mi expresión comunica"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 29 de noviembre del 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
"Mi expresión comunica" **Técnica lúdica:** "Me expreso con mi cuerpo"	- Fomentar las relaciones interpersonales a través de juegos de simulación.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "El tallarín"	Objetivo: Salir de la zona de confort Yo…. soy un tallarín, un tallarín, un tallarín todo pegoteado, todo pegoteado un poquito de aceite, un poquito de sal ¿Te lo comes tu……? ¡Y….. sales a bailar!	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Lluvia de ideas de los estudiantes acerca de cómo el tener una buena autoestima contribuye al buen manejo de las relaciones interpersonales. Trabajo en grupo: analizar ¿Por qué es importante el saber expresarnos? Reflexión individual sobre el mensaje encontrado en la lectura: Carla y sus amigos parlantes.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Juegos de simulación o el jugara a ser: Indicaremos a los niños que en silencio deben expresar con su cuerpo cuál es su afición favorita. Los compañeros deben adivinar qué están representando sus compañeros. A continuación, deben salir y representar lo que ha hecho el compañero y luego lo que más le gusta a él, y así sucesivamente, deben recordar lo que han representado todos los compañeros.	25 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 5

Nombre del taller: Dejando volar nuestros sueños

Nombre de la técnica: Mis sueños se elevan

Datos informativos

Facilitadora: Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 06-12-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Describir fortalezas, principios, talentos y concienciar a los estudiantes de la gran riqueza que como personas poseen.

Actividades

- Introducción

Tener una buena autoestima es tan importante como tener un fuerte sistema inmunológico; protege de las adversidades y de las dificultades de la vida, otorgando la fuerza suficiente para luchar contra ellas cuando se presentan, logrando así cumplir con todas las metas propuestas en nuestra vida, lo cual nos permite llegar a sentirnos autorealizados como personas.

- Motivación

Dinámica: "Rompe pastel"

Objetivo: Fomentar la participación del grupo.

En el patio conformamos parejas de dos personas y formamos un circulo con todos los participantes, quienes posteriormente van a tomarse de la mano, dejamos una pareja fuera del circulo y esta escogerá a la pareja que va a salir del circulo siempre y cuando esta logre

llegar al círculo antes que el otro equipo, y así continuamos sucesivamente con el juego, de manera que todas las parejas sean partícipes de la dinámica.

- Breve introducción sobre el tema

Importancia de las capacidades y fortalezas

Farouk (2012) menciona:

> Para ser conscientes de la gran riqueza que poseemos, debemos borrar muchos paradigmas y limitaciones que no han impuesto a lo largo de nuestras vidas, ya que se ha educado para el temor y no para el amor. Por otro lado, nos entorpecen nuestro valor como seres humanos (eres un tonto, un bueno para nada, no vales nada, no eres capaz, no te lo mereces etc.) y si hablamos de nuestra autorrealización en la vida, peor aún (tú vas a hacer esto, primero trabaja para que ganes dinero y después miras a ver que te gusta, eso no es para ti, eso solo lo puede hacer la gente que tiene plata). En fin, terminamos viviendo en función de los demás.
>
> Los seres humanos tenemos la facultad de reprogramarnos cuantas veces queramos, al igual que una computadora, por lo que podemos aprender y mejorar cada día. Sacar a un lado aquellos paradigmas que no nos dejan crecer y cambiarlos por lo que realmente nos aportan y contribuyen a nuestro desarrollo personal, por ejemplo: cambiar el no puedo por un sí puedo. Hay que tener en cuenta que nosotros somos los únicos responsables de nuestras vidas, por lo que somos los realizadores y creadores de nuestro futuro a través de lo que pensamos, decidimos y actuamos en el presente. (s/p)

Tres preguntas que te puedes hacer para descubrir tus fortalezas

Delgado (2016) propone las siguientes preguntas**:**

1. ¿Qué intereses demostrabas tener cuando eras más pequeño/a?

Vuelve a lo primordial: lo que tú eras antes de entrar al sistema de educación: ¿Qué te gustaba hacer cuando niña/niño? ¿Qué decían tus padres que sabías hacer bien? ¿Qué profesión querías elegir cuando grande? ¿Qué hacías en tu tiempo libre?

2. ¿Qué dicen otros de ti?

Pon atención y fíjate cuando alguien se te acerca y te pide ayuda en algo o un consejo en un tema determinado. Esa persona se te acercó a ti y no a otros por algo. Averigua qué es y trata de no solo descubrir el don que buscan en ti para solucionar sus problemas, sino también la motivación tuya para ayudarles.

3. ¿Cuál es la motivación interna que subyace todo lo que haces?

Si escarbas un poco más allá de tus dones evidentes, vas a encontrar una motivación principal que te caracteriza y de la cual probablemente no estás tan consciente.

Por ejemplo, una de nuestras hijas tiene un gran sentido para la estética.

Mientras la educábamos en casa, nos fijamos que tenía facilidades para las matemáticas, pero, al mirar más allá de lo que el sistema educacional usaría tradicionalmente para identificar sus dones, descubrí que ella ponía un gran énfasis en escribir sus ejercicios en forma estética, especialmente cuando dibujaba gráficos. También mostró esta tendencia en varias otras asignaturas y normalmente se ocupaba en dibujar algo mientras yo les leía libros a nuestros 4 hijos. Más tarde desarrolló mucho más su percepción estética, comenzó a diseñar su propio vestuario y hoy en día es una modelo exitosa.

¿Te das cuenta cómo pueden existir dones escondidos en ti que no son tan fáciles de percibir? De la misma manera, una vez que tú tengas definidos tus dones y talentos, podrás encontrar una idea ganadora para ti. (s/p)

Lectura reflexiva

"La fábula de la recompensa del esfuerzo"

Un hombre encontró un capullo de una mariposa y lo llevó a su casa para observar a la mariposa cuando saliera del capullo. Un día notó un pequeño orificio en el capullo, y entonces se sentó a observar por varias horas, viendo que la mariposa luchaba por poder salir. El hombre la vio que forcejeaba duramente para poder pasar su cuerpo a través del pequeño agujero, hasta que llegó un momento en el que pareció haber cesado de forcejear, pues aparentemente no progresaba en su intento. Parecía como que se había atascado.

Entonces el hombre, sintiendo lástima, decidió ayudar a la mariposa y con una pequeña tijera corto al lado del agujero para hacerlo más grande, y ahí fue que por fin la mariposa pudo salir

del capullo. Sin embargo, al salir la mariposa tenía el cuerpo muy hinchado y unas alas pequeñas y dobladas.

El hombre continuó observando, pues esperaba que, en cualquier instante, las alas se desdoblarían y crecerían lo suficiente para soportar al cuerpo, el cual se contraería al reducir lo hinchado que estaba.

Ninguna de las dos situaciones sucedió y la mariposa solamente podía arrastrarse en círculos con su cuerpecito hinchado y sus alas dobladas. Jamás logró volar. Lo que el hombre, en su bondad y apuro, no entendió fue que la restricción de la apertura del capullo y el esfuerzo de la mariposa por salir por el diminuto agujero, eran parte natural del proceso que forzaba fluidos del cuerpo de la mariposa hacia sus alas, para que alcanzasen el tamaño y fortaleza requeridos para volar.

Al privar a la mariposa de la lucha, también le fue privado su desarrollo normal.

Moraleja: Si se nos permitiese progresar en todo sin obstáculos, nos convertiríamos en inválidos. No podríamos crecer y ser tan fuertes como podríamos haberlo sido a través del esfuerzo y la constancia.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Entregamos un globo a cada uno de los niños en el deben escribir una de sus fortalezas y que metas o sueños pretenden alcanzar. Posteriormente soltaran el globo, con lo cual indicaremos a los niños que nuestros sueños se pueden llegar a cumplir y que nosotros somos los únicos que, a través de nuestros pensamientos, decisiones y actuaciones en el presente, podemos hacer que nuestros sueños lleguen tan lejos como nosotros queramos.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 5:

"Dejando volar nuestros sueños"

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

Taller # 5

"Dejando volar nuestros sueños"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 6 de diciembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
Dejando volar nuestros sueños **Técnica lúdica:** "Mis sueños se elevan"	Describir fortalezas, principios, talentos y concienciar a los estudiantes de la gran riqueza que como personas poseen.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "Rompe pastel"	Objetivo: Fomentar la participación del grupo. En el patio conformamos parejas de dos personas y formamos un circulo con todos los participantes, quienes posteriormente van a tomarse de la mano, dejamos una pareja fuera del circulo y esta escogerá a la pareja que va a salir del circulo siempre y cuando esta logre llegar al círculo antes que el otro equipo, y así continuamos sucesivamente con el juego, de manera que todas las parejas sean partícipes de la dinámica.	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Lluvia de ideas para conocer la importancia que tiene el saber reconocer las capacidades y fortalezas que poseemos. Preguntas dirigidas a los niños para descubrir cuáles son sus fortalezas. Reflexión sobre la fábula de la recompensa del esfuerzo.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Entregamos un globo a cada uno de los niños en el deben escribir una de sus fortalezas y que metas o sueños pretenden alcanzar. Posteriormente soltaran el globo, con lo cual indicaremos a los niños que nuestros sueños se pueden llegar a cumplir y que nosotros somos los únicos que, a través de nuestros pensamientos, decisiones y actuaciones en el presente, podemos hacer que nuestros sueños lleguen tan lejos como nosotros queramos.	25 m	Globos Hojas recortadas Marcadores
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 6

Nombre del taller: ¿Quién soy yo?

Nombre de la técnica: Yo soy

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 08-12-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Reforzar el sentimiento de identidad del niño y afianzar la confianza en sí mismo, como herramienta para afrontar las dificultades y satisfacer las necesidades que se presentan a lo largo de la vida.

Actividades

- Introducción

Todos los seres humanos somos únicos, nadie en el mundo es igual a nosotros, pues tenemos características, gustos y opiniones que son propias y una historia que nos pertenece. Esto nos hace distintos a los demás.

Nuestras obras, nuestras acciones son nuestros aportes para el mundo, lo que nosotros dejamos de hacer, nadie lo hará por nosotros.

- Motivación

Dinámica: "Yo tengo un tren"

Objetivo: Fomentar la concentración de los participantes.

Se les pide a los participantes que salgan al centro y formen un círculo, luego se les dice que se les va a pronunciar "ahí viene un tren que va para adelante…… los participantes tienen que hacer todo lo contrario, es decir dar un salto para atrás; "ahí viene un tren que va para

atrás" ……. "ahí viene un tren que va para la derecha" ……. "ahí viene un tren que va para la izquierda". Los participantes vuelven a repetir lo mismo, pero, al contrario.

- Breve introducción sobre el tema

Identidad

Moreno (2009) afirma:

> La identidad es el principio de organización consciente de la personalidad. La identidad personal es lo que uno asume ser; en este sentido es la vivencia y representación que la persona hace de sí misma. Mientras la personalidad abarca todos los elementos que configuran y singularizan la conducta, la identidad es el conjunto de tales elementos que el sujeto elige para singularizarse y ser reconocido por los demás.
>
> La identidad es un proceso en el que están presentes diferentes elementos que se van formando a lo largo del desarrollo: la imagen corporal, los autoesquemas y el autoconcepto como integración de los anteriores. En una primera fase del desarrollo, cuando la capacidad perceptiva y discriminativa del infante es escasa, el núcleo de la identidad está constituido por la imagen corporal, posteriormente cuando el niño desarrolla el proceso cognitivo comienza a apreciar los aspectos de su propia conducta que lo identifican y singulariza, son los autoesquemas sobre su experiencia, cogniciones y emociones, entonces la segunda fase se organiza en torno a la percepción de la propia conducta y la tercera fase se da en base a la integración de ambos aspectos lo que da lugar a una concepción integrada y singular de sí mismo. (p.54)

La identidad consiste de dos elementos:

Duque (2001) menciona los siguientes elementos:

1. La experiencia de sí mismo como una entidad separada en relación con las otras personas.

2. Reconocimiento y apreciación de esa entidad por los otros. (medio ambiente social). Aunque varíe para cada individuo, la mayoría de los niños no desarrollan un completo sentido de identidad hasta el final de la adolescencia (entre los 18 a los 20 años). (p.42)

Lectura reflexiva

"La máscara del león"

Había una vez un pequeño león igual al resto de los leones, pero con algunas diferencias. En su cara había siempre una sonrisa enorme que hacía encontrar amigos por todas partes, ni siquiera mirándose en el agua y viendo su reflejo sentía miedo. Era capaz de reírse de sí mismo. Tenía otro problema, y es que, en vez de rugidos, como a los demás leones, le salían maullidos, lo que provocaba en él y en los demás risas y más risas. Otro problema, y ese era el más grave era su mejor amiga, una cebra rayada. Todos decían que debería comérsela como un buen león (pero en eso leoncito, no podía practicar, porque lo que siente el corazón no se practica). Pero cierto día alguien le colocó una máscara terrible y desafortunadamente todo cambió.

A veces los demás esperan de nosotros que nos comportemos tal cual ellos son y olvidan que en cada uno de nosotros hay algo hermoso que nos hace diferentes a de los demás. Esa diferencia es la que nos hace ricos ante los otros. Encontrar y reforzar esa propia identidad, asumir y defender que somos distintos, es lo que nos enriquece y nos debe reconciliar con nosotros mismos.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Primeramente, formamos grupos de 4 personas, los cuales elaboraran un collage donde expresen quienes son a través de recortes, cada niño tendrá un espacio en el papelote para describir quien es, lo cual favorecerá la integración de sus pensamientos con el de los demás.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 6:

“Quién soy yo”

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 6 "¿Quién soy yo?"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 8 de diciembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
"¿Quién soy yo?" **Técnica lúdica:** "Yo soy"	Reforzar el sentimiento de identidad del niño y afianzar la confianza en sí mismo, como herramienta para afrontar las dificultades y satisfacer las necesidades que se presentan a lo largo de la vida.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "Yo tengo un tren"	Objetivo: Fomentar la concentración de los participantes. Se les pide a los participantes que salgan al centro y formen un círculo, luego se les dice que se les va a pronunciar "ahí viene un tren que va para adelante…… los participantes tienen que hacer todo lo contrario, es decir dar un salto para atrás; "ahí viene un tren que va para atrás" ……. "ahí viene un tren que va para la derecha" ……. "ahí viene un tren que va para la izquierda". Los participantes vuelven a repetir lo mismo, pero, al contrario.	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Trabajo grupal para analizar y emitir juicios de valor sobre lo que es la identidad. Participación activa tanto de la facilitadora como de los estudiantes para identificar a través de palabras clave de que elementos puede estar compuesta la identidad. Análisis en grupos sobre la lectura: la máscara del león.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Primeramente, formamos grupos de 4 personas, los cuales elaboraran un collage donde expresen quienes son a través de recortes, cada niño tendrá un espacio en el papelote para describir quien es, lo cual favorecerá la integración de sus pensamientos con el de los demás.	25 m	Papelografos Hojas Recortes Goma Recortes Tijeras Pizarra Marcadores
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 7

Nombre del taller: ¡Todos somos geniales!

Nombre de la técnica: Lluvia de elogios

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 12-12-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Propiciar el intercambio emocional gratificante entre los estudiantes.

Actividades

- Introducción

Todo lo que se dice con emoción a un niño tiende a originar en él una emoción correspondiente. Esas emociones, a su vez, crean marcas y quedan almacenadas dentro del niño, de forma consciente o inconsciente. Cuando algo se dice con un sentimiento bueno, origina una memoria buena, pero cuando lo que se dice viene con un sentimiento negativo, el niño almacena aquella impresión. Las emociones tienen el poder de grabar dentro de nosotros sensaciones, pensamientos, imágenes y sentimientos que pueden acompañarnos por el resto de la vida.

- Motivación

Dinámica: "El baile de los animales"

Objetivo: Salir de la zona de confort.

El cocodrilo Dante camina hacia adelante, el elefante Blas camina hacia atrás, el pollito Lalo, camina hacia un costado y yo en mi bicicleta me voy por el otro lado (saltando en un pie).

El cocodrilo Dante camina hacia adelante, el elefante Blas camina hacia atrás, el pollito Lalo, camina hacia un costado y yo en mi bicicleta me voy para atrás (agachaditos).

- Breve introducción sobre el tema

El impacto de las críticas sobre la autoestima

Lima (2015) afirma:

> Es fácil percibir la fuerza con que las emociones quedan grabadas en nuestro campo emocional. Un recuerdo específico de un momento en el cual recibimos cariño, nos traerá un buen sentimiento, pues aquella emoción que ha quedado grabada, produce bienestar y ese recuerdo será agradable de revivir.
>
> A partir de ese principio, para que un niño este emocionalmente sano, lleno de buenos sentimientos, sería ideal proporcionar al niño muchos elogios hechos con énfasis, con sonrisas y cariños, a través de ese amor que el niño recibe, éste va fortaleciéndose y aprende a amarse a sí mismo desarrollando una excelente autoestima.
>
> En cambio, las críticas y reprensiones dejan marcas emocionales y negativas, pues vienen cargadas de sentimientos negativos ira, frustración, decepción y a menudo miedo, lo cual aumenta la autoexigencia, la desvalorización y los sentimientos de minusvalía. Toda esa negatividad se reflejará en problemas de relación, dificultad en el crecimiento personal, inseguridad acerca del camino a seguir en la vida e innumerables cuestiones que van a afectar nuestra autoestima.
>
> Según hemos visto, esto va a imprimir varios sentimientos negativos en el niño, los cuales van sumándose unos a otros. La acumulación de esas emociones va a originar problemas más complejos, bajando la autoestima y confianza del niño.
>
> Afortunadamente podemos limpiar esas marcas emocionales de las críticas negativas a través de elogios, puesto que el ser humano tiene esa capacidad de autorregularse obteniendo como resultado, el aumento de la paz interior y de la confianza en uno mismo. (s/p)

Lectura Reflexiva

“La ranita sorda”

¡Era una vez una carrera de ranitas! El objetivo era alcanzar lo alto de una gran torre. Había en el lugar una gran multitud de espectadores. Mucha gente para apoyar y gritar por ellas.

Comenzó la competencia...

Pero como los espectadores no creían que las ranitas pudieran alcanzar lo alto de aquella torre, lo que más se oía era: "Qué pena!!! Esas ranitas no van a lograr...no van a poder".

Y las ranitas comenzaron a desistir. Pero había una que persistía y continuaba la subida en busca del logro.

La multitud continuaba gritando: "... qué pena!!! ¡Ustedes no van a conseguir! no van a poder!".

Y las ranitas estaban exactamente desistiendo, una por una...menos aquella ranita que continuaba tranquila... cada vez más segura.

Ya al final de la competencia, todas desistieron, menos ella...

La curiosidad se apoderó de todos. Querían saber lo que había ocurrido con aquella ranita que persistía y persistía.

Y cuando fueron a preguntarle a la ranita cómo lo había conseguido, cómo logró hacer la prueba.

...era sorda!

MORALEJA: ¡No permitas que personas con el mal hábito de ser negativas, derrumben tus mejores y más sabias esperanzas de tu corazón!

“La crítica negativa hiere e impide que seamos abiertos y honestos en nuestra mutua comunicación. La crítica negativa destruye el espíritu. Nos hace subestimar nuestro valor y bondad, acabando con la confianza en nosotros mismos”.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Primeramente, formamos un circulo en el patio, luego pediremos que un niño o niña salga al centro del círculo, para lo cual aquellos que nos encontramos sentados nos fijaremos en algo que nos gusta de él y se lo diremos, al finalizar con todos los alumnos preguntaremos a los niños ¿Cómo se han sentido? ¿Qué se llevan de aquella experiencia? ¿Les ha gustado la actividad?

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 7:

"Todos somos geniales"

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 7 ¡Todos somos geniales!

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 12 de diciembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
¡Todos somos geniales! **Técnica lúdica:** "Lluvia de elogios"	Propiciar el intercambio emocional gratificante de los estudiantes.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "El baile de los animales"	Objetivo: Salir de la zona de confort. El cocodrilo Dante camina hacia adelante, el elefante Blas camina hacia atrás, el pollito Lalo, camina hacia un costado y yo en mi bicicleta me voy por el otro lado (saltando en un pie). (bis). El cocodrilo Dante camina hacia adelante, el elefante Blas camina hacia atrás, el pollito Lalo, camina hacia un costado y yo en mi bicicleta me voy para atrás (agachaditos). (bis)	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Trabajo en grupos para realizar un análisis sobre el impacto que puede tener en las personas el emitir juicios de valor negativos. Participación activa de los integrantes del grupo sobre el análisis realizado. Análisis de la lectura: la ranita sorda.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Primeramente, formamos un circulo en el patio, luego pediremos que un niño o niña salga al centro del círculo, para lo cual aquellos que nos encontramos sentados nos fijaremos en algo que nos gusta de él y se lo diremos, al finalizar con todos los alumnos preguntaremos a los niños ¿Cómo se han sentido? ¿Qué se llevan de aquella experiencia? ¿Les ha gustado la actividad?	25 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 8

Nombre del taller: Somos lo que pensamos

Nombre de la técnica: El sombrero de la seguridad

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 16-12-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Fortalecer la seguridad en los escolares para desenvolverse con soltura en el mundo que los rodea.

Actividades

- Introducción

La mayoría de las inseguridades están asociadas, a un miedo exagerado de quedar mal, de no ser aceptados, de hacer el ridículo, etc. Para cambiar la opinión personal que tenemos de nosotros mismos, no basta con que nos repitamos frases positivas. Probablemente, aumente un poco tu motivación y positividad, pero será algo pasajero de minutos. Si queremos de verdad hacer un cambio, debemos también hacer un cambio en nuestra manera de pensar.

Somos lo que pensamos de nosotros, si tú no piensas que eres valioso tu seguridad no podrá aumentar. Para aumentar la seguridad, debemos mirarnos desde otra perspectiva diferente, mucho más positiva, amorosa y realista.

- Motivación

Dinámica: "El baile de la cebolla"

Objetivo: Ambientar al grupo.

Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude la mano y ponte a bailar. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude el pie y ponte a bailar. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude la mano y ponte a bailar. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude el cuerpo y ponte a bailar.

- Breve introducción sobre el tema

La seguridad en ti mismo

Pérez (2013) menciona:

> Si no te valoras lo suficiente va a ser difícil aumentar la seguridad en ti mismo. Todo ser humano brilla en algo. Unos lo descubren rápido y no paran de potenciarlo y de enseñárselo al mundo, en cambio otros no lo detectan y no paran de compararse con otros que supuestamente hacen las cosas mejor que ellos.
>
> Un futbolista tiene millones de seguidores. Lo admiran porque brilla jugando al fútbol, en cambio si ese deportista no hubiera potenciado su virtud de jugar bien y se hubiera puesto a estudiar una carrera de algo que no era su fuerte, no hubiera podido explotar su virtud y probablemente no se valoraría tanto.
>
> Si tú no encuentras tu punto fuerte o no eres capaz de mirarte con ojos positivos, te estancarás. Las personas inseguras suelen ser muy perfeccionistas y duras consigo mismas. Lo que para uno es un defecto para otro es una virtud. Todo depende de la perspectiva que le quieras dar a las cosas.
>
> Por ejemplo, una persona tímida que piensa que eso es un defecto y que ninguna persona con seguridad querrá relacionarse con ella. Lo que hacía era cerrarse en banda por creer que eso era imposible. Pero un día conoció a alguien que le hizo cambiar la perspectiva de las cosas. Lo que ella veía como un defecto, la otra persona sentía que era una virtud. Le decía que veía en las personas tímidas algo especial. Sabía que la mayoría de este tipo de personas poseen una gran sensibilidad, un gran mundo interior y suelen cuidar bastante a la persona que se encuentra a su alrededor. Todo tiene un lado bueno y malo, absolutamente todo. Así que puedes hacer que lo que ves como un defecto, pase a ser una

virtud, viéndolo desde la perspectiva de lo positivo. Si logras centrarte en lo bueno que tienes y lo explotas, tu seguridad irá aumentando. (s/p)

Lectura Reflexiva

El propietario de un negocio exitoso una vez se encontró lleno de deudas y no podía ver ninguna salida. Los acreedores se acercaban y sus principales proveedores exigían el pago o le pedirían la quiebra, lo que haría cerrar su negocio.

Desesperado y angustiado, se encontró a sí mismo sentado en un banco del parque preocupado por su situación, pensando qué hacer para salvar a su empresa de la quiebra inminente.
Justo en ese momento un anciano se acercó y se sentó junto a él.
El anciano dijo:

-"Puedo ver que algo te está molestando hijo. ¿Qué es? "
Después de escuchar los problemas del dueño del negocio, el anciano dijo:
-" Creo que puedo ayudarte. "
Le pidió al hombre su nombre, hizo un cheque y lo puso en la mano diciendo:
-"Toma este dinero. Nos vemos aquí en exactamente un año a partir de hoy y usted me puede pagar en ese momento. "

Luego se volvió y desapareció tan rápido como había llegado.
El dueño del negocio miró hacia abajo para ver que el cheque en su mano era de US$ 1.000.000, firmado por John D. Rockefeller, uno de los hombres más ricos del mundo.
El dueño del negocio pensó: "Todas mis preocupaciones de dinero han sido borrados en un instante!"

Sin embargo, el empresario decidió poner el cheque en su caja fuerte, antes de ir a cobrarlo. Pensó, el hecho de saber que estaba allí como respaldo, le dio fuerzas para encontrar la forma de salvar su negocio. Con renovado optimismo, negoció mejores ofertas, mejores plazos de pago y se abrió paso con grandes ventas. A los pocos meses, él estaba libre de deudas y ganando dinero una vez más.

Exactamente un año después regresó al parque con el cheque sin cobrar. El anciano no apareció por algún tiempo, sin embargo, el ejecutivo decidió esperar un rato más. Al rato después, el anciano llegó, pero parecía desconocer al dueño del negocio. Detuvo al anciano y estaba a punto de entregar el cheque con entusiastas palabras de gratitud al ver a una enfermera venir corriendo a coger el viejo.

Ella dijo:
-Estoy muy contenta de haberlo atrapado. Espero que no le haya estado molestando. Siempre está huyendo de la casa de reposo y diciendo a todos que es Rockefeller.
Y se llevó al viejo lejos del brazo.

El dueño del negocio asombrado se quedó allí, aturdido. Durante todo el año entre tejes y manejes, compra y venta, convencido de que tenía un millón de dólares detrás de él. De repente se dio cuenta de que no era el dinero, (real o imaginario) lo que había convertido su vida. Era la seguridad que tuvo en sí mismo, la que le dio el poder para lograr todo lo que pasó después.

- Explicación acerca de cómo se debe realizar la actividad

Para llevar a cabo la actividad trataremos de que los niños dejen de tener miedo y muestren tener mayor seguridad en sí mismos. Para ello jugaremos en el patio con un sombrero real, que colocaremos sobre sus cabezas y les animaremos a decir en voz alta cuál es aquella fortaleza que poseen y como esta les ayudará a enfrentarse a los retos de la vida. La actividad consiste en no pensar demasiado y decirlo mostrando seguridad en sí mismos.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 8:

"Somos lo que pensamos"

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 8 "Somos lo que pensamos"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 12 de diciembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVO	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
Somos lo que pensamos **Técnica lúdica:** "El sombrero de la seguridad"	Fortalecer la seguridad en los escolares para desenvolverse con soltura en el mundo que los rodea.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "El baile de la cebolla"	Objetivo: Ambientar al grupo. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude la mano y ponte a bailar. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude el pie y ponte a bailar. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude la mano y ponte a bailar. Este es el baile de la cebolla, primero la pelas y después a la olla, y si la cebolla te hace llorar, sacude el cuerpo y ponte a bailar.	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Construcción de ideas generales a partir de la participación activa de los estudiantes, sobre lo que significa tener seguridad en sí mismos. Reflexión individual ¿Cómo hacer para cambiar opiniones negativas sobre nosotros mismos? Preguntas sobre la lectura ¿Qué te ha hecho sentir? ¿Qué es lo que te ha gustado? ¿Qué es lo que te ha hecho sentir?	15m	Pizarra Hojas Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Para llevar a cabo la actividad trataremos de que los niños dejen de tener miedo y muestren tener mayor seguridad en sí mismos. Para ello jugaremos en el patio con un sombrero real, que colocaremos sobre sus cabezas y les animaremos a decir en voz alta cuál es aquella fortaleza que poseen y como esta les ayudará a enfrentarse a los retos de la vida. La actividad consiste en no pensar demasiado y decirlo mostrando seguridad en sí mismos.	25 m	Sombrero Estudiantes Responsable de la propuesta
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 9

Nombre del taller: El arte de aceptarse

Nombre de la técnica: Un paseo por el bosque

Datos informativos

Facilitadora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

Número de participantes: 16 niños/as

Fecha: 19-12-2016

Tiempo de duración: 90 minutos

Objetivo

- Mejorar la confianza y estimular la acción de autovalorarse.

Actividades

- Introducción

Lograr metas es fácil. Todos tenemos la capacidad. Simplemente depende de tener claro nuestros objetivos, entender que todo pasa para algo, saber que podemos cambiar o re enfocar nuestro rumbo esforzarnos, dedicarnos, ser pacientes, perseverantes, ajustar lo que sea necesario para, desde donde estamos, llegar a donde deseamos y tener confianza. Sí, confianza, eso que se supone nos deben inyectar desde niños. Tener confianza, entre otras cosas, significa que eres capaz de expresar una opinión o decir cómo te sientes; pedir lo que deseas o necesitas; dar a conocer tus ideas.

- Motivación

Dinámica: "Yo tengo un tic"

Objetivo: Crear un ambiente de diversión en el grupo.

Yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva la mano derecha, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva la mano izquierda, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva el pie derecho, yo tengo

un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva el pie izquierdo, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva la cadera, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva el cuerpo entero.

- Breve introducción sobre el tema

Base fundamental del crecimiento personal: Confianza

Barquero (2014) plantea:

> No tener confianza en ti trae de la mano el tener demasiadas dudas con respecto a tus capacidades, decir "no puedo" en vez de "sí puedo", dejar que la gente te menosprecie y menospreciarte tú; darte importancia a lo que digan hagan o piensen los demás de ti, no ser capaz de decir ¡no!, no atreverse a entablar conversación con extraños, hablar en público, en una reunión o frente a un grupo de personas y echarte para abajo todo el tiempo. En otras palabras, complejo de inferioridad. La confianza en uno mismo es una manera sana de comunicarse. Es la capacidad de defenderse de forma honesta y respetuosa. Todos los días, nos enfrentamos a situaciones en las que tener confianza y seguridad en nosotros puede ser de gran ayuda; por ejemplo, al invitar a alguien a una cita, al acercarse a una maestra para hacerle una pregunta. (s/p)

Prácticas para conseguir más confianza en ti mismo

Barquero (2014) menciona las siguientes como prácticas para conseguir más confianza:

> **Escribe una lista con tus habilidades:** enumera en un cuaderno cuáles son las habilidades que usaste dentro de cada uno de los logros que has tenido.
>
> **Reconócete:** La vida no es para vivirla pensando en lo que no hiciste, en lo que deberías haber hecho o en lo que quisiste hacer, pero no pudiste. Mejor reconócete lo que has logrado y desde ahí ten en cuenta que si sucedió una vez, es posible otra vez más. Siente orgullo por las cosas que has hecho y haces. Céntrate en los aspectos positivos de tu vida.
>
> **Atrévete a más:** ¿Cuántas cosas has perdido por miedo y cuántas oportunidades más quieres dejar pasar? Si te repliegas ante un proyecto porque temes fracasar, seguramente tendrás que retraerte. Hay que empezar a hacer las cosas para perderles el miedo.

Quien no arriesga no gana: Ante el primer síntoma de desconfianza, pregúntate a ti mismo, "¿Qué es lo peor que me podría pasar?". Muy a menudo otorgamos excesiva importancia a los potenciales problemas que pueden surgir si intentamos algo. Nos enfocamos en todos los contra, en todo lo que nos frene, en vez de en todo lo que sí. **Recuerda:** pierdes el 100% de las oportunidades que no intentas. Para conseguir lo que quieres, debes actuar, más que hablar y planear. (s/p)

Lectura Reflexiva

El califa que aposto su confianza

Cuentan que hace muchos años vivía un califa avaro y cruel que sentía verdadera pasión por las apuestas. Una mañana, al salir a uno de los patios, vio una enorme pila de ladrillos. Al instante gritó: "¿Quién quiere apostar conmigo?". Apuesto a que nadie es capaz de transportar esta pila de ladrillos con sus manos de un lado al otro del patio antes de que el sol se ponga.

Un joven albañil que se encontraba ahí, le preguntó: ¿Cuál sería la apuesta? Diez tinajas de oro si lo consigues", le respondió el califa. "¿Y si no lo consigo?", le preguntó el joven albañil. "Entonces te cortaré la cabeza", le contestó el califa. El joven albañil, tras dudar unos minutos, le contestó: "Acepto la apuesta con una condición: podrás detener el juego en cualquier momento y, si lo haces, sólo me darás una tinaja de oro". El califa, sorprendido por la condición impuesta por el joven y tras meditarlo para tratar de encontrar donde estaba la trampa, aceptó la condición solicitada por el joven albañil. El joven empezó a transportar los ladrillos con sus manos y tras una hora de trabajo, sólo había transportado una pequeñísima parte de los ladrillos. Y, sin embargo, sonreía.

"¿Por qué sonríes?", le preguntó el califa. "Está claro que vas a perder la apuesta. Nunca lo conseguirás". "Te equivocas", le contestó el joven albañil. "Estoy seguro de que voy a ganar" "¿Cómo es eso posible?", le preguntó el califa sorprendido. "Porque te has olvidado de algo muy sencillo y por eso sonrió", contestó el joven albañil y siguió transportando los ladrillos.

Ante esa respuesta, el califa empezó a inquietarse. ¿se habría olvidado de algo? Al cabo de varias horas, el califa le volvió a preguntar al joven albañil si seguía convencido de ganar. La

respuesta fue la misma acompañado de una gran sonrisa. El califa se sentía cada vez más agitado. ¿Cómo era posible que fuese a ganar?

¿Por qué sonríes? le preguntó nuevamente el califa cuando quedaba ya unas pocas horas para que se escondiese el sol. El joven albañil, pese al cansancio, le respondió: "Sonrió porque voy a ganar un tesoro" "Eso es imposible", le dijo el califa. "El sol está en la segunda mitad del cielo y la pila de ladrillos es muy alta todavía". "Has olvidado algo muy sencillo", le contestó nuevamente el joven albañil. ¿Qué me he olvidado?, le preguntó el califa consumido por la posibilidad de perder. ¿Quieres detener el juego, entonces?", le contestó el joven. "Eso significará que habré ganado la apuesta y habrás perdido una tinaja de oro". "¡Sí, sí!, ¡dime qué me he olvidado! ¿Es algo sencillo?", le preguntó el califa. "No has prestado la suficiente atención a la condición que puse", le dijo el albañil. Pero si no he hecho otra cosa que pensar en ello, protestó el califa. "Sí, pero sin comprender que para mí una tinaja de oro es un inestimable tesoro. Desde el principio sabía que no podía ganar la apuesta, pero yo sólo quería una tinaja. Y tú te jugabas 1o tinajas ", le dijo el joven. "Te has olvidado de lo más sencillo", prosiguió el joven. "Te has olvidado de que podías perder la confianza en ti mismo".

-Explicación de cómo se debe realizar la actividad

Se indica a los participantes que dibujen un árbol en un folio, con sus raíces, ramas, hojas y frutos. En las raíces escribirán las cualidades positivas que cada uno cree tener, en las ramas, las cosas positivas que hacen y en los frutos, los éxitos o triunfos. Una vez que terminen, deben escribir su nombre y sus apellidos en la parte superior del dibujo. Seguidamente, los alumnos se colocarán el árbol en el pecho, de forma que el resto de sus compañeros puedan verlo, y darán un paseo "por el bosque", de modo que cada vez que encuentren un árbol lean en voz alta lo que hay escrito en el dibujo, diciendo "Tu eres….." Cada participante puede añadir "raíces" y "frutos" que los demás le reconocen e indican.

- Socialización del trabajo individual y argumentación de los niños

- Evaluación del taller

- Cierre del taller

Evaluación del taller 9:

"El arte de aceptarse"

Marque con una x en el recuadro que usted crea correcto

1. Evalúe estos aspectos del taller	Regular 1	Bueno 2	Excelente 3
Formato/Agenda/Horario del Programa			
Duración del taller			
Horario de taller			
Actualidad de la información			
Relevancia de la información a mis necesidades			
Oportunidad para hacer preguntas			
Interacción con los participantes y la facilitadora			
Conocimientos de la facilitadora			
Materiales y recursos			

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Taller # 9 El arte de aceptarse

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja

FECHA: 12 de diciembre de 2016

PARTICIPANTES: Estudiantes del sexto grado

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
El arte de aceptarse **Técnica lúdica:** "Un paseo por el bosque"	Mejorar la confianza y estimular la acción de autovalorarse.	Presentación e introducción al tema	Al llegar al salón de clases la responsable de la propuesta realiza su presentación personal y da una breve introducción del tema a tratar.	15 m	Pizarra Marcadores
		Dinámica: "Yo tengo un tic"	Objetivo: Crear un ambiente de diversión en el grupo. Yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva la mano derecha, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva el pie izquierdo, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva la cadera, yo tengo un tic, tic, tic, he llamado al doctor y me ha dicho que mueva el cuerpo entero.	20 m	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Desarrollo del taller	Participación activa por parte de los estudiantes sobre cuál es la base fundamental del crecimiento personal. Lluvia de ideas sobre pautas para lograr afianzar nuestra confianza. Reflexión individual sobre la lectura: el califa que aposto su confianza.	15m	Pizarra Copias Marcadores
		Aplicación de la técnica lúdica	Se indica a los participantes que dibujen un árbol en un folio, con sus raíces, ramas, hojas y frutos. En las raíces escribirán las cualidades positivas que cada uno cree tener, en las ramas, las cosas positivas que hacen y en los frutos, los éxitos o triunfos. Una vez que terminen, deben escribir su nombre y sus apellidos en la parte superior del dibujo. Seguidamente, los alumnos se colocarán el árbol en el pecho, de forma que el resto de sus compañeros puedan verlo, y darán un paseo "por el bosque", de modo que cada vez que encuentren un árbol lean en voz alta lo que hay escrito en el dibujo, diciendo "Tu eres….." Cada participante puede añadir "raíces" y "frutos" que los demás le reconocen e indican.	25 m	Folios de cartulina Marcadores Cinta
		Evaluación	Aplicación del cuestionario, con el fin de valorar el taller.	10 m	Hojas de evaluación
		Cierre del taller	Se agradece por la participación. Se invita al próximo taller.	5 m	

TALLER 10

"Despedida"

Tema: Aplicación del post-test, evaluación general y cierre del programa.

Objetivo: Evaluar el nivel de autoestima de los estudiantes, luego de haber aplicado técnicas lúdicas.

Fecha: 21-12-2016

Desarrollo del tema del taller

Presentación y saludo de bienvenida

Se realiza una pequeña indicación acerca de lo que se va a realizar en la presente sesión. Se realizan preguntas:

¿Ya han puesto en práctica lo aprendido?

¿De qué manera les sirvieron los talleres dictados?

¿Qué técnica les gustó más?

¿Qué técnica aprendida la utilizan con frecuencia?

Procedimiento

Se invita a los alumnos a compartir lo expuesto, en comentar lo que aprendieron en el taller. Se aplica a los estudiantes la Escala de Autoestimación de Lucy Reidl como post-test, para valorar la efectividad de la propuesta de intervención.

Se realiza una evaluación general de la ejecución de los talleres dictados.

Se hace participar a los alumnos indicando qué es lo que más les gustó de los talleres.

Se ayuda a los estudiantes a reconocer qué es lo que se llevan de la propuesta de intervención y qué es lo que dejan.

Para terminar, se agradecerá tanto a los estudiantes, maestros colaboradores, personal de ayuda, por aquella participación y colaboración brindada.

Evaluación general de la propuesta de intervención

Fecha: ……..

1. ¿Cuántas sesiones de la propuesta psicoeducativa se hicieron en su clase?

Uno ( ) Dos ( ) Tres ( ) Cuatro ( ) Cinco ( ) Seis ( ) Siete ( ) Ocho ( )

Nueve ( ) Diez ( )

2. ¿Qué le pareció la ejecución del programa?

Muy interesante ( ) Bastante interesante ( ) Poco interesante ( ) Nada interesante ( )

¿Porque?.....

4. ¿Le gustó el trabajo de la facilitadora?

Mucho ( ) Bastante ( ) Poco ( ) Nada ( )

¿Porque?.....

5. Según su opinión, cada taller impartido le sirvió:

Poco ( ) Nada ( ) Mucho ( ) Bastante ( )

MATRIZ DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN
Taller # 10 "Despedida"

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa "Ciudad de Loja
FECHA: 21 de diciembre de 2016
RESPONSABLE: Carmen Tatiana Benítez Cuenca

NOMBRE DEL TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	PROCESO	TIEMPO	MATERIALES Y RECURSOS
Aplicación del pos-test, evaluación general y cierre del programa	Evaluar el nivel de autoestima en los estudiantes, luego de haber aplicado técnicas lúdicas.	Presentación	Explicación acerca de lo que se va a realizar en la presente sesión.	15	Pizarra Marcadores
		Actividades	Se realizan preguntas: ¿Ya han puesto en práctica lo aprendido? ¿De qué manera les sirvieron los talleres dictados? ¿Qué técnica les gustó más? ¿Qué técnica aprendida la utilizan con frecuencia?	20	Estudiantes Responsable de la propuesta
		Aplicación del post-test	Se aplica a los estudiantes la Escala de Autoestimación de Lucy Reidl, posteriormente se procederá a dar las instrucciones que deben seguir.	20	Escala de Autoestimación de Lucy Reidl
		Cierre y evaluación del taller	Para terminar, se agradecerá tanto a los estudiantes, maestros colaboradores, por aquella participación y colaboración brindada. Se realiza una evaluación general de la ejecución de los talleres dictados en la propuesta de intervención.		Fotocopias con la evaluación del taller. Esferos

Memoria Gráfica

¿QUIEN SOY YO?

¿Quién soy yo?

¿QUIEN SOY

Pasan

j. BIBLIOGRAFÍA

Branden, N. (2010). *Cómo mejorar su autoestima*. España: Paidós Ediciones.

Coopersmith, S. (1967). *Evaluación de la autoestima*. Revista Latinoamericana de Psicología, *25*(2), 5.

Crespillo, E. (2010). *El juego como actividad de enseñanza-aprendizaje*. GIBRALFARO, *14*(68).

Duque, H. (2001). *Autoestima y excelencia personal*. Bogotá: San Pablo.

Huizinga, C. (1990). *Variaciones sobre una visión antropológica del juego*. Enrahonar, *16*(11), 8.

López, M. (2011). *El juego y su metodología*. España: Mc Graw Hill.

Marín, M. y Martinez, R. (2012). *Introducción a la Psicología social*. España: Pirámide.

Mazzei, J. (2002). *Pruebas de autoestima*. Puerto Rico: ISBN.

Moreno, B. (2009). *Psicología de la personalidad*. Madrid: THOMSON.

Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. México: Mc Graw Hill.

Tarrés, S. (2013). *Juegos para fomentar la autoestima en los niños*. Guíainfantil.

WEBGRAFÍA

Álvarez, M. (2013). *Cómo influye la autoestima en las relaciones interpersonales.* (Tesis de maestría, Universidad de Almería). Recuperado de http://repositorio.ual.es:8080/jspui/bitstream/10835/2298/1/Trabajo.pdf

Ballesteros, O. (2011). *La lúdica como estrategia para el desarrollo de competencias científicas.* (Tesis de maestría, Universidad Nacional de Colombia). Recuperado de http://www.bdigital.unal.edu.co/6560/1/olgapatriaballesteros.2011.pdf

Barquero, C. (2014). *Base fundamental del crecimiento personal* [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://www.huffingtonpost.com/christopher-barquero/aumentar-confianza-en-uno-mismo_b_4805066.html

Cabrera, M. (2014). *Autoestima y rendimiento escolar en los niños.* (Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca). Recuperado de: http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/19842/1/TESIS.pdf

Daza, M. (2010). *Historia de la lúdica* [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://madeleynedazacuello.blogspot.com/2010/09/historia-de-la-ludica.html

Delgado, J. (2016). *Frases geniales para dejar de preocuparse por lo que los demás piensan de ti* [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://www.rinconpsicologia.com/2015/05/10-frases-geniales-para-dejar-de.html

Farouk, M. (2011). *Complejo de inferioridad y autoestima* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.2knowmyself.com/spanish/complejo_de_inferioridad_y_autoestima

Lima, A. (2015). *Impacto de las críticas sobre la autoestima* [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://www.somostodosuno.com/articulos.asp?id=12715

López, R. (2014). *Expresarse para subir la autoestima y ganar autoconfianza* [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://www.grupocrece.es/blog/expresarse-para-subir-la-autoestima-y-ganar-en-autoconfianza

Martínez, O. (2010). *La autoestima* [PDF file]. Recuperado de https://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/11/la-autoestima.pdf

Pérez, C. (2013). *La seguridad en ti mismo* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://lamenteesmaravillosa.com/como-aumentar-la-seguridad-uno-mismo

Sánchez, B. & Solís, J. (2010). *Autoestima en niños* [PDF file]. Recuperado de http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/F_Educacion_emocional/f_7_autoestima/f_7.2.Obras_padres_madres/2.2..Autoestima%20en%20ninos.pdf

Sparisci, V. (2013). *Representación de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales* [PDF file]. Recuperado de http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC113919.pdf

Tzic, J. (2012). *Actividades lúdicas y su incidencia en el logro de competencias.* (Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar). Recuperado de http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/22/Tzic-Juan.pdf

k. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TEMA

TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017.

Proyecto de investigación previo a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención: Psicología Educativa y Orientación

AUTORA Carmen Tatiana Benítez Cuenca

LOJA-ECUADOR

2016

a. TEMA

TÉCNICAS LÚDICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO, UNIDAD EDUCATIVA "CIUDAD DE LOJA", SECCIÓN VESPERTINA, LOJA. 2016-2017.

b. PROBLEMÁTICA

Contextualización

La Unidad Educativa Ciudad de Loja está ubicada en una comunidad de tipo urbana, perteneciente a la Parroquia El Sagrario, ubicada exactamente en la Av. Emiliano Ortega entre las calles Manuel Toledo y Juan de Salinas. Dicha institución educativa cuenta con una extensión territorial amplia para el desarrollo del proceso educativo. La comunidad educativa, cuenta con un número total de 94 alumnos de primero a séptimo año de educación básica y 6 profesores, en la sección vespertina.

Además, esta institución educativa brinda servicio en turno tanto matutino como vespertino, a la vez cuenta con servicios públicos como: agua potable, luz eléctrica, drenaje, colectivos de basura, teléfono e internet, una sala de computación y una cancha deportiva.

En la actualidad tenemos que la educación no responde a retos que plantea el mundo, situación que pone de relieve deficiencias de nuestro sistema escolar, ello conlleva a que las instituciones educativas, no se inserten a la comunidad en forma eficiente, no contribuyan con el desarrollo de capacidades y habilidades para vincular la vida de los estudiantes con los incesantes cambios en la sociedad y el conocimiento.

Es por ello que el ambiente escolar que se experimenta en las escuelas de hoy, comunican en el estudiante un profundo sentimiento de fracaso, desarraigo e inseguridad, indicadores que probablemente tengan que ver con problemas en la autoestima y que están generando en el estudiante pasividad, alejándolos de la propuesta constructivista de “aprender a aprender” y “aprender a ser”.

> Según Maslow (1954) la autoestima se refiere a la necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la autoestima es básica, todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentirse inferior o un fracasado.

Asimismo, las relaciones sociales al interior de la escuela son autoritarias, se alienta la competitividad, y los y las estudiantes se perciben como que no valen y no pueden. De ahí

que cuando un estudiante no logra ser autentico se le originan los mayores sufrimientos, como, enfermedades psicológicas, depresión y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos, pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor como, timidez, vergüenza, temores, desvalorización, todo debido a la comparación con los demás, destacando de éstos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a conseguir el puntaje académico que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y su existencia se reduce a la de un ser casi sin ser.

Así entonces tenemos que las técnicas lúdicas relacionadas con la autoestima, deben ser entendidas como factores que permiten la superación personal, puesto que se encuentran ligadas a todas las manifestaciones humanas. El fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes debe ser responsabilidad compartida de docentes y padres de familia.

> Agallo (2003) define las técnicas lúdicas como una serie de procedimientos o medios sistematizados para organizar y desarrollar la actividad de grupo, fundamentados en los conocimientos aportados por la teoría de la dinámica de grupo, puesto que la lúdica es un medio que posibilita escenarios de interacción comunicativa donde cada participante tiene un rol en el que debe seguir reglas y normas que ha aceptado con libertad, autonomía y responsabilidad, acciones que le permiten descubrir sus habilidades tanto personales como sociales y potenciar su autoestima.

A pesar de que los sistemas educativos a nivel mundial, han desarrollado eficientes programas de enseñanza-aprendizaje para obtener mejores resultados en los estudiantes, estos se ven reducidos en la dificultad que presentan los estudiantes para enfrentar con éxito las situaciones de la vida académica y especialmente la capacidad de rendir y ajustarse a las exigencias sociales, por consiguiente, lleva a que los estudiantes presenten un nivel de autoestima bajo.

En México por ejemplo el 22% de los estudiantes tiene baja autoestima, de los cuales el 20% obtiene un rendimiento académico, entre regular y bajo. Lo cual permite inferir, la importancia de tener un concepto bien definido de sí mismo y de autoestima positiva en los procesos cognitivos y afectivos de los estudiantes.

La baja autoestima se ha convertido en estos últimos años en un problema nacional, afectando de manera directa a un 20% de los estudiantes.

A nivel local se puede observar un sin número de problemas que influyen en los estudiantes de las diferentes instituciones educativas, tal es el caso de la Unidad Educativa "Ciudad de Loja", sección vespertina, en donde mediante la observación directa, el intercambio de información y aplicación de una encuesta al docente, y a su vez a los estudiantes se pudo evidenciar que un 63% de los niños/as, son inseguros y se sienten inferiores a los demás y un 56% se preocupa mucho por lo que los demás piensen o digan de ellos/as; a la vez también se pudo constatar cómo determinadas circunstancias llegan a repercutir enormemente en el desenvolvimiento escolar de los niños y niñas del establecimiento, puesto que el tener una autoestima baja conlleva a que los niños sean temerosos, tímidos, poco participativos, indecisos, desvalorizados, aislados, pasivos, ansiosos, vulnerables, pesimistas, avergonzados, nerviosos etc., lo cual impide que sus habilidades sociales se desarrollen al máximo y a la vez dicho problema puede llegar a convertirse en un factor de alto riesgo para la salud física, psicológica y emocional de los niños y niñas de sexto año, ya que estos pueden involucrarse en relaciones personales tóxicas y destructivas. Por tal motivo nos planteamos el siguiente problema en la investigación.

¿De qué manera inciden las técnicas lúdicas en la mejora de la autoestima en los estudiantes de sexto grado, Unidad Educativa "Ciudad de Loja", sección vespertina, Loja. 2016-2017?

Delimitación del problema

El presente proyecto de investigación se llevará a cabo en la Unidad Educativa "Ciudad de Loja", sección vespertina, el mismo que permitirá identificar como el uso de técnicas lúdicas en los niños y niñas de sexto grado, influirá en la mejora de la autoestima de los mismos, el cual tendrá un periodo de duración de seis meses.

Alcances y límites

Delimitación espacial

El estudio se limitará a la Unidad Educativa “Ciudad de Loja”, sección vespertina ubicada en la Parroquia el Sagrario, en la Av. Emiliano Ortega entre las calles Manuel Toledo y Juan de Salinas, seleccionado por la investigadora.

Delimitación temporal

La investigación cubrirá un periodo de 6 meses.

Delimitación temática

El móvil de este trabajo radica en el hecho de averiguar cómo las técnicas lúdicas inciden en la mejora de la autoestima de los niños y niñas de sexto grado de la Unidad Educativa “Ciudad de Loja”.

c. JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto permitirá conocer cómo el hacer uso de técnicas lúdicas, influye en el mejoramiento de la autoestima de los niños y niñas, la misma que puede verse modificada de acuerdo a las vivencias personales, familiares y sociales que experimentan los estudiantes en su vida diaria. Si encontramos a un estudiante que presenta una autoestima alta, será capaz de alcanzar un óptimo desarrollo personal y académico, y si por el contrario presenta una autoestima baja, el estudiante estará más propenso a presentar frustración y pesimismo en su ámbito personal y académico.

Las razones que me motivaron a realizar este proyecto se enmarcan en la dificultad que presentan los estudiantes para desarrollar habilidades sociales y personales, las mismas que dificultan que estos obtengan su autorrealización.

Esta investigación es factible ya que se ha coordinado con los directivos de la institución educativa, los niños y niñas sujetos al proceso investigativo, los recursos económicos y los procesos teóricos y metodológicos necesarios para cumplir la meta propuesta. El proyecto, es importante porque toma variables que cumplen un papel sumamente importante, en la formación de los niños y niñas, y a su vez a través de este proyecto se busca que los docentes y comunidad en general hagan uso de técnicas lúdicas, las mismas que mejoraran en gran medida el aspecto emocional y psicológico del estudiante, logrando así formar buenos profesionales, tanto en su aspecto personal, académico y profesional.

El desarrollo del presente proyecto podría aportar a la familia, docentes, a la sociedad en general e incluso a la investigación, elementos de juicio verificable suficientes para rechazar o complementar aspectos sobre dicho problema, puesto que el mismo contribuirá con alternativas e información de gran relevancia.

Para llevar a cabo este proyecto se cuenta con el aval de la Universidad Nacional de Loja y con los conocimientos previos adquiridos en el proceso de enseñanza y formación como Psicóloga Educativa.

d. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Implementar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado, Unidad Educativa “Ciudad de Loja”, sección vespertina, Loja. 2016-2017.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Fundamentar teóricamente a partir de la literatura aportada por diferentes autores, toda la información acerca de técnicas lúdicas y autoestima.

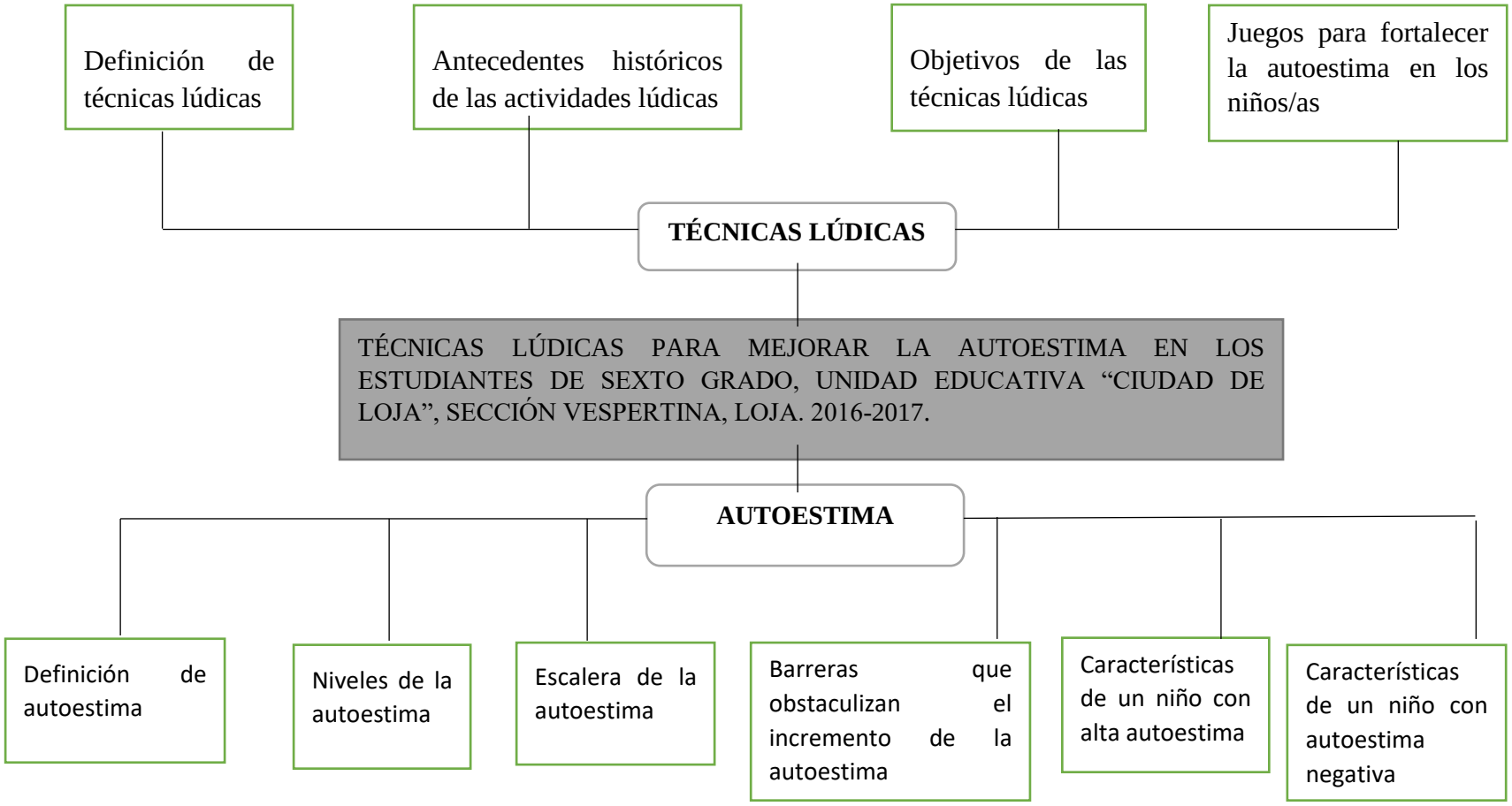
Diagnosticar el nivel de autoestima que presentan los estudiantes de sexto grado.

Diseñar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima.

Aplicar técnicas lúdicas para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado.

Valorar la funcionalidad de las técnicas lúdicas, para mejorar la autoestima en los estudiantes de sexto grado.

Mapa mental de la realidad temática, de acuerdo a sus dos variables



e. MARCO TEÓRICO

Definición de técnicas lúdicas

Agallo (como se citó en Tzic, 2012) define a las técnicas lúdicas como una serie de procedimientos o medios sistematizados para organizar y desarrollar la actividad de grupo, fundamentados en los conocimientos aportados por la teoría de la dinámica de grupo, puesto que la lúdica es un medio que posibilita escenarios de interacción comunicativa donde cada participante tiene un rol en el que debe seguir reglas y normas que ha aceptado con libertad, autonomía y responsabilidad, acciones que le permiten descubrir sus habilidades tanto personales como sociales y potenciar su autoestima. (p.8)

Jiménez (como se citó en Molina, 2006) señala que la lúdicas es una parte fundamental de la dimensión humana. No son una ciencia, ni una disciplina y mucho menos una nueva moda. Estas son más bien una actitud, una predisposición del hacerle frente a la vida y a la cotidianidad. Son una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce disfrute, goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego. El juego implica ser y hacer, por lo que requiere de la participación activa e integral de quien lo aborda, pues al permitirle explorar y experimentar a partir de sensaciones, movimientos y de la interacción con los demás y con la realidad exterior se estructura de forma progresiva su aprendizaje sobre el mundo. (p.40)

Ballesteros (2011) menciona que el juego está presente en el ser humano durante toda su vida adoptando diferentes formas. Cuando se es niño o adolescente, los juegos se caracterizan por ser impulsivos y de gran movimiento; mientras que en la edad adulta se relaciona más con los juegos de mesa, deportes o actividades artísticas; pero el fin del juego sigue siendo el mismo: es decir la superación de obstáculos, lo cual genera placer y satisfacción que contribuyen a la realización personal y social. (p.15)

El historiador Huizinga (como se citó en Ballesteros, 2011) le ha dado gran relevancia a este tema al exponer su tesis de que del juego surge la civilización y con ella la cultura, para este autor, durante la aplicación de técnicas lúdicas, los individuos crean su propio mundo, con un orden propio y alejado de las preocupaciones cotidianas. (p.15)

Por todo lo expuesto por los diferentes autores comprendemos que, desde la temprana edad, el ser humano por medio de la lúdica (juego) estimula su pensamiento, pues es a través de éste que entra en contacto con el mundo físico incitando su imaginación; y si se tiene en cuenta que muchas acciones humanas tienen como fin alcanzar la máxima satisfacción y sobre todo el desarrollo personal, las técnicas lúdicas estarán presentes a lo largo de toda su vida. A la vez también podría decir que la esencia de la lúdica está en el establecimiento de afectividad y emocionalidad entre los participantes, puesto que su aplicación en el aula de clase implica un cambio de rol del docente el cual deja de ser un instructor y pasa a ser un orientador y acompañante del aprendiz en su proceso de aprendizaje teniendo en cuenta sus intereses, necesidades, fortalezas y debilidades. Esta relación maestro-alumno es fundamental en la formación y cambio del pensamiento que tienen los alumnos sobre ellos mismos, pues si estos consideran que no pueden realizar una tarea pierden toda motivación para realizarla.

Antecedentes históricos de las actividades lúdicas

> Tzic (2012) menciona que, desde los comienzos del desarrollo histórico, se descubrió que ciertos modos de hacer las cosas en grupo, resultaban más fáciles que hacerlas individualmente. En la antigüedad, Aristóteles proclamó la naturaleza social del hombre, afirmación reforzada en el siglo XVII, al realizar estudios sobre la naturaleza social del hombre y la relación que existe entre los individuos y las sociedades. Pero, realmente el estudio científico de la conducta del grupo, comenzó a tomar directrices definitivas al principio de la década de los treinta, y se caracterizó por el establecimiento de numerosos centros de investigación que se especializaron en fenómenos de grupos.
>
> A partir de 1945, se diversificaron los centros de investigación, las formas de aplicación y también la bibliografía sobre dinámica de grupos, con el objeto de analizar y comprender las múltiples y complejas motivaciones que actúan sobre los grupos, como también para analizar las bondades de la dinámica de grupos en la difícil tarea de la enseñanza. En los últimos tiempos, se han aplicado las dinámicas grupales con resultados sorprendentes en instituciones educativas de todos los niveles. (p.10)

El juego a través de los tiempos ha sido objeto de gran preocupación y estudio, puestos que el mismo constituye un factor determinante en el desarrollo integral del niño, ya que a través de él se adquieren conocimientos habilidades y, sobre todo, le brinda la oportunidad de conocerse así mismo, a los demás y al mundo que los rodea, además la lúdica es una herramienta para lograr que los alumnos desarrollen el proceso de socialización, pues a través de utilizar actividades, estrategias o técnicas lúdicas se lograra que el niño participe y se integre.

Objetivos de las técnicas lúdicas

Las técnicas lúdicas según Tzic (2012) tienen como objetivos los siguientes:

Estimular la participación de los integrantes del grupo.

Permitir la adaptación social de los individuos.

Fortalecer habilidades personales y sociales.

Desarrollar el sentido de nosotros mismos.

Activar los impulsos y las motivaciones individuales y estimular tanto la dinámica interna como la externa, de manera que las fuerzas puedan estar mejor integradas.

Fomentar las prácticas democráticas.

Enseñar a pensar activamente.

Desarrollar capacidades de intercambio, cooperación, responsabilidad, creatividad, autonomía, juicio, entre otros.

Vencer temores, inhibiciones, tensiones y logran crear sentimientos de seguridad.

Fomentar la comunicación, las relaciones interpersonales, lo cual no se logra con técnicas de trabajo individual. (p.14)

Comparto con los objetivos mencionados por el autor, puesto que las técnicas lúdicas se integran en un mundo de constantes transformaciones, las cuales tienen que implicar varias innovaciones. Actualmente, las conferencias y disertaciones de parte del maestro, son las que dominan los salones de clases. Las disertaciones tendrán forzosamente que dar paso a todo

un conjunto de dinámicas docentes, para lograr de esta manera crear en los estudiantes seguridad y confianza en sí mismos. El uso de las técnicas lúdicas, no bastan por sí solas para obtener el éxito deseado. Tal como ocurre con los procedimientos didácticos, estas tendrán siempre el valor que sepan darle las personas que las utilicen; no deben ser consideradas como fines en sí mismas, sino como instrumentos o medios valiosos para el logro de los objetivos.

Técnicas lúdicas para fortalecer la autoestima en los niños

La lúdica (juego) es primordial para el desarrollo del niño ya que esta incide directamente en su autoestima, pues el juego permite que los niños conozcan sus cualidades, habilidades y destrezas, pero también sus limitaciones. Tarrés (2013) hace mención de las siguientes técnicas o actividades para trabajar con niños y niñas:

Juego simbólico. - El juego por excelencia, el jugar a ser o el juego de roles es el mejor juego para desarrollar habilidades personales y sociales, a la vez que aumenta la autoestima de los niños. Cualquier juego que implique ponerse en el lugar de otro y relacionarse con otras personas, reales o imaginarias, es una excelente oportunidad para fomentar la autoestima de nuestros niños. Aprovecha su juego para elogiar sus cualidades personales, sociales y emocionales.

Reparto de estrellas. - Sentados en el suelo, en forma de círculo si somos muchos, por ejemplo, papá, mamá, hermanos o un grupo de niños de la misma edad, diremos algo positivo a cada uno de los participantes a la vez que les otorgamos una estrella de papel o una pegatina. Lo de menos es la estrella ya que todos debemos acabar con el mismo número de ellas. Lo fundamental es pensar en lo que decimos a los demás, lo que nos dicen y lo que sentimos. Al finalizar el juego es importante que preguntemos qué es lo que más les ha gustado, lo que menos y cómo se han sentido a lo largo de la actividad.

Caja del tesoro oculto. - Esta permitirá que los niños descubran lo únicos y especiales que son. Dentro de una caja esconderemos un espejo. A los niños/as les explicaremos que dentro hay un tesoro único en el mundo, algo especial, maravilloso, algo irrepetible. Generaremos así expectativa. De uno en uno, abriremos la caja y pediremos que no diga nada a nadie. Cuando todos los niños hayan visto el tesoro pediremos que digan en voz

> alta qué es lo que han visto. Tras esto, les preguntaremos que digan en voz alta qué creen ellos que les hace únicos y especiales, personas irrepetibles y maravillosas. (Tarrés, 2013)

Un niño con una buena autoestima es un niño que tiene asegurado parte de su éxito en la vida. De ahí la importancia de fomentar en nuestros niños la seguridad en sí mismos, su sentido de la valía y su autoestima en general, y nada mejor que hacerlo jugando.

Definición de autoestima

> Marín y Martinez (2012) definen la autoestima como la medida en la cual uno se aprecia, valora, aprueba o se gusta a sí mismo. Es lo que yo pienso y siento sobre mí. La autoestima de este modo influye en nuestra manera de ser, de estar, de actuar en el mundo y de relacionarnos. La autoestima, a pesar de su marcado carácter personal, incluye un componente esencial importante, ya que tiene mucho que ver en cómo nos ven los demás. Está relacionada con el prestigio social, ya que, en gran medida, se nutre de la aceptación y el valor que los demás tienen sobre la persona. Es la suma de la autoconfianza, el reconocimiento de la propia competencia y la consideración que cada uno tiene de sí mismo. (p.52)

Duque (2001) define la autoestima como una actitud hacia uno mismo y es el resultado de la historia personal. Resulta de un conjunto de vivencias, acciones, comportamientos que se van dando y experimentando a través de la existencia. Es el sentimiento que se expresa siempre con hechos. (p.11)

> Según Maslow (1954) la autoestima se refiere a la necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la autoestima es básica, todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentirse inferior o un fracasado. En su jerarquía de las necesidades humanas, describe la autoestima en dos aspectos, el aprecio que se tiene uno mismo (amor propio, confianza, pericia, suficiencia, etc.), y el respeto y estimación que se recibe de otras personas (reconocimiento, aceptación, etc.).

Según los conceptos vertidos anteriormente resaltamos la importancia que dan los autores a la autoestima, pues mediante esta los seres humanos, confrontan sus acciones, sus

sentimientos, sus capacidades, limitaciones y atributos en comparación a sus criterios y valores personales que ha interiorizado, sustenta y motiva la personalidad.

Además, se pude rescatar que la autoestima es la clave del éxito, para comprendernos y comprender a los demás; es la confianza y el respeto por uno mismo. Es el resultado de los hábitos, capacidades y aptitudes adquiridas en todas las vivencias de la vida; es la forma de pensar sentir y actuar, la cual conlleva a la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y negativo e implica así mismo un sentimiento de lo favorable y desfavorable. En definitiva, es sentirse bien consigo mismo, tener autoconfianza, aceptarse como es, estar feliz por ser quien es, pero hay que tener en cuenta que uno de los elementos fundamentales para el desarrollo de la autoestima es la tendencia de los seres humanos a vivir en sociedad, a formar parte de un grupo, pues esta integración progresiva le permite experimentar y poner a prueba sus capacidades sociales de apertura, de tolerancia, de compartir, de comprensión, de aceptación, entre otras.

Niveles de autoestima

Sparisci (2013) menciona los siguientes niveles de autoestima:

Autoestima alta: Son personas expresivas, con éxito académico y social, confían en sus propias percepciones y esperan siempre el éxito, consideran su trabajo de alta calidad y mantienen altas expectativas con respecto a trabajos futuros, manejan la creatividad, se autorespetan y sienten orgullo de sí mismos, caminan hacia metas realistas.

Autoestima media: Son personas expresivas, dependen de la aceptación social, igualmente tienen alto número de afirmaciones positivas, siendo más moderados en sus expectativas y competencias que las anteriores.

Autoestima baja: Son individuos desanimados, deprimidos, aislados, consideran no poseer atractivo, son incapaces de expresarse y defenderse; se sienten débiles para vencer sus deficiencias, tienen miedo de provocar el enfado de los demás, su actitud hacia sí mismo es negativa, carecen de herramientas internas para tolerar situaciones y ansiedades. (pp.12-13)

La autoestima se va construyendo diariamente en nuestra interacción con el mundo que nos rodea, de ahí que el lograr poseer una autoestima alta será muy útil para enfrentar la vida

con seguridad y confianza, lo cual contribuirá a tener un buen desarrollo de las relaciones sociales. Una persona con autoestima alta, se acepta a sí mismo totalmente como ser humano. En tanto una persona con autoestima baja, la mayor parte de su vida piensa que vale poco o no vale nada. Así mismo enmarcándonos en la niñez, por lo general la mayor parte de los niños han perdido la confianza en sí mismos y en sus propias posibilidades, de ahí la importancia de que padres y educadores alienten, premien y utilices estrategias o técnicas para contrarrestar dicho problema oportunamente.

Escalera de la autoestima

Según Sparisci (2013) la escalera de la autoestima está compuesta por:

Autoconocimiento: conocer las necesidades del sí mismo, como actúa y siente. Me permite ser consiente de mis virtudes, defectos y sobre todo posibilidades para seguir desarrollándome. Me doy cuenta de que tengo habilidades, destrezas y capacidades, pero sobre todo me defino como persona.

Autoconcepto: Son creencias que se tienen acerca de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tonto, si se cree inteligente o apto, actuará como tal.

Autoevaluación: capacidad interna para considerar si algo me beneficia, esto es, me ayuda a crecer o, por el contrario, constituye algo negativo.

Autoaceptación: admitir en mí, todas mis características, sin realizar comparaciones con los demás, o queriendo copiar modelos porque experimento insatisfacción frente a mí.

Autorespeto: estar atento y satisfacer a mis necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo.

Autoestima: es la síntesis de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y esta consiente de sus cambios; crea su propia escala de valores y desarrolla sus capacidades, y se acepta, y respeta tendrá autoestima (pp.20-21).

Varios son los escalones por los que cada persona debe subir para aceptarse en su totalidad y es así que a través de conocer cuáles son sus necesidades, llegar a creer en sí mismo, tener

la capacidad de saber distinguir las cosas positivas que beneficiaran su crecimiento personal, admitir sus defectos, virtudes y valorarse como persona, llegaran a fortalecer su autoconfianza, es decir la suma de todos estos elementos le permitirá el reconocimiento de la propia competencia y la consideración de sí mismo.

Barreras que obstaculizan el incremento de la autoestima

Duque (2001) menciona cuatro barreras comunes que impiden el incremento de la autoestima:

El regaño público. - Es la reclamación, una queja, una exigencia que se hace en público, para que se actúe de mejor manera. Desafortunadamente, en la vida familiar, escolar y laboral, se utiliza esta práctica, que va en detrimento del crecimiento personal, pues ridiculiza a la persona, le quita méritos. Es adecuado y oportuno que cuando la persona cometa un error, se llame al interesado en privado y se le diga, por ejemplo: Tu eres una buena persona, lo que ocurre es que necesitas mejorar o cambiar en este aspecto y así las cosas te van a salir mejor.

El error. - Una segunda barrera que no permite el incremento y fortalecimiento de la autoestima, la constituye la forma como se acepta la equivocación del otro. En la vida diaria es lógico y normal que se cometan errores. Lo importante es saber manejar la situación Estos acontecimientos ameritan un cuestionamiento serio. La humildad, la serenidad y sinceridad, le permiten al ser humano superar y enmendar los errores cometidos; el orgullo y la soberbia, no dejan ver, que se cometió un error; esta situación lleva al ser humano al fracaso.

La indiferencia. - En la convivencia diaria, se dan situaciones donde frente a otras personas, no se actúa, ni se expresa, ni se experimenta ningún tipo de sentimiento; el otro no representa nada para mí. En la vida familiar, muchos padres pasan desapercibidos frente al éxito de sus hijos; de igual forma hay supervisores y jefes, que no resaltan, ni destacan, ni estimulan las actuaciones positivas de sus empleados, en el ejercicio de sus funciones. Lo mismo sucede en la vida escolar, buen número de educadores no destacan los excelentes resultados académicos y sociales de sus alumnos, por la indiferencia que los acompaña. Este inconveniente no permite el crecimiento personal.

> La crítica. - Es una opinión, un juicio, una censura a las acciones o conductas del otro. La mayoría de los individuos tienden a criticar o juzgar a los demás. Esta conducta nos aleja de las personas y de la objetividad de los hechos. Muchas veces no acogemos ni aceptamos a los demás con sus limitaciones y diferencias. (pp.17-18)

En las relaciones interpersonales, se suelen expresar apreciaciones, puntos de vista sobre alguien de manera inadecuada, se le menosprecia y se le hace avergonzar. Esto puede debilitar la autoestima del otro.

A su vez rescato todo lo vertido por el autor, puesto que la convivencia con los demás es un espacio vital que tiene el individuo para que se le reconozcan sus conductas, comportamientos, valores, aptitudes y actitudes, de ahí que de las relaciones y criterios interpersonales nace la estima de la persona, pues la estima parte de la evaluación que los demás hacen de las acciones y de las vivencias.

Características de un niño con alta autoestima

Sánchez y Solís (2010) mencionan las siguientes características:

El niño se muestra seguro de sí mismo.

Tiene un concepto realista de sus puntos fuertes y débiles.

Se acepta a sí mismo y a los demás.

Es estable emocionalmente.

Tiene una conducta independiente y autónoma (teniendo en cuenta su edad).

Es optimista respecto del futuro.

Es capaz de afrontar los problemas.

Se muestra tolerante con las críticas y las discrepancias con los demás.

Actúa de forma coherente con sus valores y creencias.

Es sensible ante las necesidades de los demás y está dispuesto a ofrecerles su ayuda.

Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, permitirá que los niños muestren tener muchas características positivas, las cuales a su vez potenciarán su capacidad para desarrollar sus habilidades, lo cual aumentará su nivel de seguridad personal, pues un niño poseedor de una autoestima alta tendera siempre a conducirse de algún modo, a la felicidad y madurez.

Características de un niño con autoestima negativa

Sánchez y Solís (2010) mencionan las siguientes características:

Se muestra insatisfecho con lo que hace.

Se fija exclusivamente en lo que no le gusta de su aspecto y se ve múltiples defectos.

Se siente incapaz de hacer las cosas por sí mismo.

Siente muchas dudas cuando tiene que tomar una decisión.

Es negativo respecto de sus posibilidades.

Manifiesta que los demás no le tienen en cuenta y le rechazan.

Cree que no tiene habilidades para las actividades físicas.

Cree que es menos inteligente que los demás.

Piensa que a los demás les cuesta menos estudiar que a él.

Se responsabiliza de los sucesos negativos que ocurren a su alrededor.

Con frecuencia manifiesta un estado de ánimo triste.

Suele utilizar frases del tipo: “Todo me sale mal”, “No le gusto a los demás”.

Los niños poseedores de características negativas de sí mismos tienden por lo general a caer en la derrota y el fracaso, ya que estas provocan carencia de respeto, insatisfacción personal y desprecio, produciéndose así una frustración personal, inclusive rabia, al no creerse capaz de convertirse en una persona mejor. Además, este tipo de características producen relaciones negativas entre la persona y su medio afectivo y social.

f. METODOLOGÍA

Materiales y métodos

Enfoque de la investigación

Enfoque cualitativo: estudiará la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando las características de los fenómenos de acuerdo con las personas implicadas.

Tipo de diseño

Tipo pre-experimental: se utilizará este tipo de diseño porque se trabajará solamente con los estudiantes de sexto grado y a la vez se llevará a cabo en ambientes naturales y el grupo en sí es de carácter natural.

Tipo de estudio

Tipo transversal: la investigación será de tipo transversal, puesto que se aplicarán instrumentos y se recopilara información en un lugar y periodo de tiempo determinado, a fin de obtener respuestas que faciliten el análisis, explicación, conclusiones y recomendaciones finales.

Métodos

Método científico: el cuál es el más importante de todos, a través de este se podrá establecer hechos relacionados con el problema en mención además se lo utilizará desde el primer instante de la investigación, puesto que será la guía y orientación durante todo el proceso investigativo.

Método inductivo: Permitirá establecer la relación entre conceptos y categorías de las técnicas lúdicas y la autoestima durante el proceso de investigación y posteriormente emitir conclusiones sobre el problema investigado, a su vez este método permitirá la orientación de todo el proceso investigativo, puesto que partirá de lo particular a lo general, iniciándose por las causas que originaron el problema a investigar, para llegar a la generalización del mismo a través de la comprensión teórica.

Método deductivo: el cual ayudará a determinar, analizar datos científicos y contrastarlos con la realidad vivida, haciendo que la intervención sea provechosa, y a su vez este método permitirá obtener conclusiones particulares a partir de una ley universal.

Método analítico: a través del cual se establecerá las relaciones entre los elementos que componen el objeto de investigación, con lo cual se podrá plantear ideas y definiciones, sobre las técnicas lúdicas y la autoestima, facilitando así la comprensión del problema en mención, también este método permitirá reconocer cada definición, teoría o modelo, con lo cual se podrá llevar a cabo una intervención asequible

Método sintético: con el cual se podrá hacer una exploración metódica y breve, para comprender la esencia de todo el problema. A través de este método se sintetizará cada parte y se reconocerá cada detalle, es decir la identificación de cada aspecto trabajado.

Método estadístico: el mismo que permitirá realizar la cuantificación absoluta y relativa de la información obtenida.

Técnicas

Observación directa: consistirá en la observación de los hechos de todo el proceso de diseño y ejecución de la investigación.

Encuesta: permitirá recolectar datos para obtener información ágil y exacta de la población a investigar, a la vez que posibilitará la estandarización de los datos obtenidos.

Instrumentos

Ficha de observación: con la cual se podrá ir registrando datos que aporten docentes, alumnos o grupos sociales donde se presenta dicha investigación.

Escala de autoestimación de Lucy Reild: la cual permitirá saber cómo se está incorporando el niño al mundo escolar; pues la misma permitirá detectar a aquellos niños/as que pueden estar presentando dificultades de adaptación emocional y que suelen perderse en el grupo.

Población

Informantes	Población
Estudiantes	16
Docente	1
total	17

Autora: Carmen Tatiana Benítez Cuenca
Fuente: Unidad Educativa "Ciudad de Loja"

g. CRONOGRAMA

ACTIVIDADES (Proyecto de Tesis)	2016																	
	ABRIL		MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO			
	3ºS	4ºS	1ºS	2ºS	3ºS	4ºS	1ºS	2ºS	3ºS	4ºS	1ºS	2ºS	3ºS	4ºS	1ºS	2ºS	3ºS	4ºS
1. Selección del tema	X	X																
2. Aprobación del tema	X	X																
3. Revisión bibliográfica	X	X																
3.1. Problemática			X	X														
3.2. Justificación			X	X														
3.3. Objetivos			X	X														
3.4. Marco teórico					X	X	X	X	X	X								
3.5. Metodología					X	X	X	X	X	X								
3.6. Cronograma											X							
3.7. Presupuesto											X							
3.8. Bibliografía												X						
3.9. Anexos												X						
4. Presentación y revisión del proyecto													X	X	X	X		
5. Aprobación del proyecto																X	X	X

ACTIVIDADES (Tesis)	2016-2017																											
	OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	1º S	2º S	3º S	4º S	1º S	2º S	3º S	4º S	1º S	2º S	3º S	4º S	1º S	2º S	3º S	4º S	1º S	2º S	3º S	4º S	1º S	2º S	3º S	4º S	1º S	2ºS	3ºS	4ºS
1. Preliminares	X																											
2. Título		X																										
3. Resumen		X																										
4. Introducción		X																										
5. Revisión de la literatura			X	X	X	X	X	X	X	X	X																	
6. Materiales y métodos			X	X	X	X	X	X	X	X	X																	
7. Aplicación de alternativa			X	X	X	X	X	X	X	X	X																	
8. Resultados													X	X														
9. Discusión														X	X													
10. Conclusiones														X	X													
11. Recomendaciones														X	X													
12. Bibliografía																X												
13. Anexos																X												
14. Presentación y revisión final de la tesis																		X	X									
15. Aprobación de tesis																			X	X								
16. Privada																						X						
17. Pública																												X

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Recursos Humanos

Docente

Niños/as investigados

Investigadora

Comunidad

Directivos

Materiales

Computadora

Libros

Cámara fotográfica

Esferos

Copias

Cuaderno

Impresiones

Reproducción de informes de proyecto

Anillado

Carpeta

Necesidades para la investigación	Importe
Libros	30,00
Esferos	2,00
Lápiz	1,00
Cuaderno	1,00
Copias	80,00
Impresiones	100,00
Reproducción de informes de proyecto	45,00
Anillados	20,00
Carpeta	1,00
Empastado	20,00
Transporte	200,00
Imprevistos	300,00
Total	800,00

i. BIBLIOGRAFÍA

Ballesteros, O. (Junio de 2011). *La lúdica como estrategia didáctica para el desarrollo de competencias científicas.* Obtenido de http://www.bdigital.unal.edu.co/6560/1/olgapatriaballesteros.2011.pdf

Duque, H. (2011). *Autoestima.* Bogotá: San Pablo.

Lameiras, M., & Carrera, M. V. (2009). *Educación Sexual.* Madrid: PIRÁMIDE.

Marín, M., & Martinez, R. (2012). *Introducción a la Psicología Social.* España: PIRÁMIDE.

Maslow, A. (1994). *Una teoría sobre la motivación humana.* New York: Mc Graw Hill.

Molina, S., & et, a. (14 de Junio de 2006). *Modelo didáctico lúdico para el aprendizaje del idioma Inglés.* Obtenido de http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/707/1/T-UTC-1115.pdf

Sánchez, B., & Solís, J. (Marzo de 2010). *Autoestima en niños.* Obtenido de http://200.48.192.98/pedagogico/web/autoestima2.pdf

Sparisci, V. (2013). *Representación de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales de automóviles.* Obtenido de http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC113919.pdf

Tárres, S. (18 de Julio de 2013). *Juegos para fomentar la autoestima en los niños.* Obtenido de http://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/autoestima/juegos-y-actividades-para-fomentar-la-autoestima-en-los-ninos/

Tzic, J. (22 de mayo de 2012). *Actividades lúdicas y su incidencia en logro de competencias.* Obtenido de http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/22/Tzic-Juan.pdf

OTROS ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Encuesta dirigida al docente

Estimada docente, con la finalidad de llevar a cabo un estudio sobre la utilización de técnicas lúdicas en la mejora de la autoestima de los niños y niñas, dígnese dar contestación a las siguientes preguntas.

1.- ¿Conoce a qué hacen referencia las técnicas lúdicas?

Si ( )

No ( )

2.- ¿Utiliza alguna de estas técnicas lúdicas en el salón de clases?

Reparto de estrellas ( )

Caja del tesoro oculto ( )

Juego simbólico ( )

El sorteo de autoregalos ( )

Ninguna ( )

3.- ¿Cree usted qué sus alumnos son sumamente espontáneos al expresarse frente a los demás en el salón de clases?

Siempre ( )

Casi siempre ( )

Algunas veces ( )

Nunca ( )

4.- ¿Cree usted qué sus alumnos se sienten seguros de sí mismos?

Siempre ( )

Casi siempre ( )

Algunas veces ( )

Nunca ( )

5.- ¿Cree usted qué la utilización de técnicas lúdicas en el salón de clases fortalecería la autoestima de sus alumnos?

Sí ( )

No ( )

Gracias por su colaboración

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Encuesta dirigida a los alumnos/as

Estimados niños/as de la manera más comedida les solicito por favor responder las siguientes preguntas.

1.- ¿Tu profesor utiliza técnicas de juego para trabajar el fortalecimiento de la autoestima en el salón de clases?

Sí ( )

No ( )

2.- Puedes expresarte fácilmente frente a tus compañeros en el salón de clases.

Siempre ( )

Casi siempre ( )

Algunas veces ( )

Nunca ( )

3.- Muestras tener seguridad en lo qué piensas y haces.

Siempre ( )

Casi siempre ( )

Algunas veces ( )

Nunca ( )

4.- Te sientes inferior a los demás.

Siempre ( )

Casi siempre ( )

Algunas veces ( )

Nunca ( )

5.- Te preocupas mucho por lo que los demás piensan y dicen de ti.

Siempre ( )

Casi siempre ( )

Algunas veces ( )

Nunca ( )

Gracias por su colaboración

ESCALA DE AUTOESTIMACIÓN – LUCY REIDL – ADAPTACIÓN DE J. MAZZEI M.

Nombre Completo: _____edad _____años.

Instrucciones: Lea atentamente las 20 afirmaciones que se presentan y marque una X bajo la columna que identifica su respuesta, considerando las siguientes alternativas:
A > Estoy de acuerdo N > No sé D > Estoy en desacuerdo.

Por ejemplo: Si estás **de acuerdo** con lo señalado en la séptima afirmación, tu respuesta se indicará marcando una X bajo la columna A.

	A	N	D
7. Creo que la gente tiene buena opinión de mi"	**X**		

	A	N	D
1. Soy una persona con muchas cualidades			
2. Por lo general, si tengo algo que decir, lo digo			
3 Con frecuencia me avergüenzo de mí mismo/a			
4. Casi siempre me siento seguro/a de lo que pienso			
5. En realidad no me quiero a mi mismo/a			
6. Rara vez me siento culpable de las cosas que he hecho			
7. Creo que la gente tiene buena opinión de mi			
8. Me siento orgulloso/a de lo que hago			
9. Soy bastante feliz			
10 Poca gente me hace caso			
11. Hay muchas cosas que cambiaría de mí, si pudiera			
12. Me cuesta mucho trabajo hablar delante de la gente			
13. Casi nunca estoy triste			
14. Es muy difícil actuar como yo quisiera			
15. Es fácil que yo le caiga bien a la gente			
16. Si pudiésemos volver al pasado y vivir de nuevo, yo sería distinto/a			
17. Por lo general, la gente me hace caso cuando la aconsejo			
18. Siempre tiene que haber alguien que me diga lo que debo hacer			
19. Muchas veces desearía ser otra persona			
20. Me siento bastante seguro/a de mí mismo/a			

MUY BUENO 55 – 60 PUNTOS	Alto concepto de sí mismo. Congruencia importante entre ser, el sentir y el hacer. Excelente proyección del yo personal – moral – social. Libertad amplia en la toma de decisiones. Confianza y optimismo.
BUENO 46 – 54 PUNTOS	Concepción realista del yo, aceptando su personalidad tal cual es. Buen dominio emocional. Correcta conjugación de valores: apoyo y conformidad, independencia, reconocimiento otorgantes de una buena imagen ante los demás.
SUFICIENTE 37 – 45 PUNTOS	Conceptualización de un yo o imagen de si convencionalmente y socialmente aceptable. Moderado control de impulsos, actitudes y rasgos partícipes en la evaluación de la autoestima.
INSUFICIENTE 28 – 36 PUNTOS	Débil proyección de la auto imagen. Frenos importantes en la irradiación de un yo personal – social –moral maduro. Indecisiones, dependencias, desconfianzas, inseguridad básica. Incongruencia entre el yo real y el yo ideal.
DEFICIENTE 20 – 27 PUNTOS	Pérdida notoria o muy baja estima. Contraposición entre el ideal de sí mismo y el percibido. Vida desmotivada y/o afectividad pobre, inseguridad, ansiedad, angustia, dependencia, tristeza, debilidad de relaciones, sentimientos de inferioridad.

PUNTAJES

Las alternativas A, N, y D equivalen a 3, 2, y 1 punto respectivamente, en los ítems siguientes: 1 – 2 – 4 – 6 – 7 – 8 – 9 – 13 – 15 – 17 – 20
Las alternativas A, N, y D equivalen a 1,2 y 3 puntos respectivamente, en los ítems siguientes: 3 – 5 – 10 – 11 – 12 – 14 – 16 – 18 – 19

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	i
CERTIFICACIÓN	ii
AUTORÍA	iii
CARTA DE AUTORIZACIÓN	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO	vii
MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS	viii
ESQUEMA DE TESIS	ix
a. TÍTULO	1
b. RESUMEN (CASTELLANO E INGLÉS) SUMMARY	2
c. INTRODUCCIÓN	4
d. REVISIÓN DE LITERATURA	7
TÉCNICAS LÚDICAS	7
Antecedentes históricos de la lúdica	8
Objetivos que persiguen las técnicas lúdicas	9
Clasificación de actividades lúdicas	9
Importancia de las técnicas lúdicas	10
Técnicas lúdicas para fortalecer la autoestima en los niños	11
El juego	12
¿Qué es jugar para el niño?	12
El juego y la educación	13
AUTOESTIMA	14
El ser humano requiere de autoestima	15
La autoestima infantil	16
Desarrollo de la autoestima	16
Niveles de la autoestima	17
Componentes de la autoestima	19
Escalera de la autoestima	19
Problemas de una baja autoestima	20
Barreras que obstaculizan el incremento de la autoestima	21

La autoestima y la vida escolar 23
La autoestima en el estudiante 24
Características de un niño con alta autoestima 24
Características de un niño con autoestima negativa 25
Pautas para que los profesores potencien la autoestima del alumno 26
e. MATERIALES Y MÉTODOS 27
f. RESULTADOS 32
g. DISCUSIÓN 36
h. CONCLUSIONES 39
i. RECOMENDACIONES 40
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN 41
j. BIBLIOGRAFÍA 99
k. ANEXOS 102
a. TEMA 103
b. PROBLEMÁTICA 104
c. JUSTIFICACIÓN 108
d. OBJETIVOS 109
e. MARCO TEÓRICO 111
f. METODOLOGÍA 121
g. CRONOGRAMA 124
h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO 126
i. BIBLIOGRAFÍA 127
ÍNDICE 134