



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

**FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y
ORIENTACIÓN**

TÍTULO

**DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA
PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS
ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE
EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO
2018-2019.**

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

AUTORA

Monica Yaritza Medina Barrera

DIRECTORA DE TESIS

Dra. Esthela Marina Padilla Buele PhD

LOJA-ECUADOR

2019

CERTIFICACIÓN

Dra. Esthela Marina Padilla Buele Ph D.

**DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

CERTIFICA

Haber dirigido, asesorado, revisado, orientado con pertinencia y rigurosidad científica en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del reglamento del régimen académico de la Universidad Nacional de Loja, el desarrollo de la tesis de licenciatura en Ciencias de la Educación, mención Psicología Educativa y Orientación, titulada. **DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.** De autoría de la Sra. Monica Yaritza Medina Barrera misma que reúne los requisitos legales reglamentarios. Por lo que autorizo su presentación y sustentación ante el tribunal de grado que se designe para el efecto.

Loja, 29 de abril de 2019


Dra. Esthela Marina Padilla Buele Ph D.
DIRECTORA DE TESIS

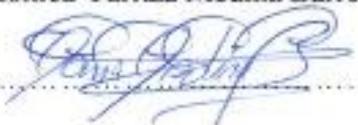
AUTORÍA

Yo, Monica Yaritza Medina Barrera, declaro ser la 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: Monica Yaritza Medina Barrera

Firma:



Cédula: 1150107348

Fecha: Loja, 30 de mayo de 2019

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

Yo, Monica Yaritza Medina Barrera, declaro ser la autora del presente trabajo de tesis titulada **DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.** 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 en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en 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 mayo de dos mil diecinueve.

Firma:



Autora:

Monica Yaritza Medina Barrera

Cédula:

1150107348

Dirección:

Loja – La Banda, calles: Av. Chuquiribamba y Pedro de Leiva

Correo electrónico: monikyaritza@gmail.com

Celular:

0967917527

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Directora de tesis: Dra. Esthela Marina Padilla Buele Ph. D.

Presidente: Dra. María Eugenia Rodríguez Guerrero. Ph. D.

Primer vocal: Lic. Tania María Espinosa Campoverde Mg. Sc.

Segundo vocal: Psic. Clin. Ruth Patricia Medina Muñoz Mg. Sc.

AGRADECIMIENTO

Expreso un sincero agradecimiento a mis padres por la formación personal y académica, por ser mi fortaleza, mi guía y mi ejemplo, a mis hermanos por estar siempre pendiente de mí, por la atención y el cariño brindado, a mi esposo por ser mi compañero de vida, mi apoyo y motivación para continuar cada día.

De igual manera a las autoridades y docentes de la Carrera de Psicología Educativa y Orientación por los conocimientos brindados y especialmente a mi directora de tesis Dra. Esthela Marina Padilla Buele PhD. por ser una guía invaluable que por su responsabilidad, asesoría y dedicación se desarrolló el presente trabajo de investigación.

Así mismo, agradezco a los docentes y administrativos de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, por darme la oportunidad de realizar mi trabajo investigativo en dicha institución.

La autora.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo en primer lugar a Dios, por haberme dado la sabiduría y perseverancia para no darme por vencida en los obstáculos presentados, los que me ayudaron a convertir en una persona fuerte.

A mis padres Edison y Rosario por ser los mejores padres que pude tener, por ser mis formadores, por ser mi inspiración para nunca darme por vencida, por ser una fuente de amor y apoyo incondicional. Este logro tiene sus nombres, los amo demasiado.

A mis hermanos que con su experiencia y sabiduría estuvieron siempre ahí para ayudarme a solucionar mis problemas, que con su cariño y sus bromas siempre supieron hacerme sonreír.

A mi amado esposo Alexis, por su amor, por acompañarme en todo momento, por siempre estar ahí para darme la mano y levantarnos juntos, por entenderme y consolarme en los momentos de tristeza y por siempre ser mi apoyo y motivación para que resista, siga adelante y consiga las metas que me proponga.

A todos ellos con amor dedico esta meta cumplida.

La autora.

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN											
BIBLIOTECA: FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN											
TIPO DE DOCUMENTO	AUTORA TÍTULO DE LA TESIS	FUENTE	FECHA AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DESAGREGACIONES	OTRAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO COMUNIDAD		
TESIS	<p>Monica Yaritza Medina Barrera</p> <p>DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.</p>	UNL	2019	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	LOJA	SUCRE	EL DORADO	CD	<p>Licenciada en Ciencias de la Educación; mención: Psicología Educativa y Orientación</p>

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
 - ABSTRACT
 - c. INTRODUCCIÓN
 - d. REVISIÓN DE LITERATURA
 - e. MATERIALES Y MÉTODOS
 - f. RESULTADOS
 - g. DISCUSIÓN
 - h. CONCLUSIONES
 - i. RECOMENDACIONES
 - PROPUESTA ALTERNATIVA
 - j. BIBLIOGRAFÍA
 - k. ANEXOS
 - PROYECTO DE TESIS
 - OTROS ANEXOS

a. TÍTULO

DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.

b. RESUMEN

La autoestima es un aspecto fundamental en el desarrollo integral de los niños, por ende, el bajo nivel de la misma trae consigo innumerables consecuencias negativas tanto en la niñez como en la adultez si no es abordada a tiempo. Por lo que se plantea el tema de investigación denominado **DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.** Con el objetivo general de emplear dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima en los estudiantes de quinto y sexto año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío. La investigación correspondió a un estudio de tipo descriptivo, pre experimental y de corte transversal. Se emplearon los métodos Investigación – acción (IA), científico, deductivo – inductivo y analítico – sintético; el reactivo psicológico consistió en la prueba de autoestima de César Ruíz Alva, que se aplicó a una población de 51 estudiantes de quinto y sexto año, los principales resultados demostraron un bajo nivel de autoestima y luego de la aplicación de la propuesta alternativa a través de los talleres se evidencia un cambio altamente significativo. De lo que se puede concluir que las dinámicas grupales utilizadas dieron resultados positivos; por lo que recomiendo a los directivos de la institución se continúe con su aplicación.

ABSTRACT

Self-esteem is a fundamental aspect in the integral development of children, therefore, the low level of it brings with it innumerable negative consequences both in childhood and in adulthood if it is not addressed in time. Therefore, the research topic called **GROUP DYNAMICS AS A DIDACTIC STRATEGY FOR THE DEVELOPMENT OF SELF-ESTEEM IN STUDENTS OF FIFTH AND SIXTH YEARS OF THE BASIC EDUCATION SCHOOL MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIOD 2018-2019.** With the general objective of employing group dynamics as a didactic strategy for the development of self-esteem in the fifth and sixth year students of the School of Basic Education Mons. Juan María Riofrío. The investigation corresponded to a descriptive, pre-experimental and cross-sectional study. The methods Investigation - action (AI), scientific, deductive - inductive and analytical - synthetic were used; The psychological reagent consisted of César Ruíz Alva's self-esteem test, which was applied to a population of 51 fifth and sixth year students, the main results showed a low level of self-esteem and after the application of the alternative proposal through. The workshops show a highly significant change. From which it can be concluded that the group dynamics used gave positive results; so I recommend to the directors of the institution to continue with its application.

c. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la mayoría de las investigaciones se enfocan en mejorar la calidad de vida, así como también en la calidad de educación de niños y jóvenes, pero de cierto modo no se toma con gran importancia el bienestar emocional del niño o adolescente, lo que genera dificultades en sus esferas cognitivas, sociales, familiares y emocionales, teniendo como mayor afectación su autoestima. Frente a estas circunstancias algunos investigadores sugieren crear espacios de desarrollo grupal, interacción, convivencia y respeto dentro del aula entre los estudiantes, estos ponen en juego mecanismos de seguridad y confianza en sí mismos, tanto en aspectos internos como el conocimiento capacidades y habilidades, como externos, es decir el rol que cumplen en el grupo y el sentido de pertenencia al mismo. Por ello, se cree conveniente la implementación de ambientes que promuevan el conocimiento, confianza, seguridad y valía propia, a través de estrategias que resulten atractivas, interesantes, entretenidas y beneficiosas involucrando directamente al estudiante con sus sentidos, emociones y pensamientos; de esta manera se ha planteado la siguiente pregunta de investigación ¿De qué manera influyen las dinámicas grupales como estrategia didáctica en el desarrollo de la autoestima en los estudiantes del quinto y sexto Año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío Periodo 2018-2019?

Frente a esta interrogante surge el presente tema de investigación **DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.** Para el cual, se plantea como objetivo general, emplear dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima en los estudiantes de quinto y sexto Año paralelo de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, periodo 2018-2019.

Se concretaron como objetivos específicos los siguientes: conceptualizar teóricamente temas referentes a las dinámicas grupales y la autoestima; identificar el nivel de autoestima de los estudiantes del quinto y sexto grado de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío a través de la aplicación de encuestas y test; planificar talleres psicoeducativos basados en dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima; aplicar las dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima y validar la aplicación de las dinámicas grupales como estrategia didáctica.

Para fundamentar la investigación, se abordó una revisión de literatura con bases bibliográficas científicas actuales, las cuales dan rigor científico a la construcción de la temática acerca de la autoestima y las dinámicas grupales. En cuanto a la primera variable, se abordan subtemas como definición, componentes, importancia de la autoestima en la niñez, niveles, características de los niños con autoestima alta y baja, desarrollo, causas y consecuencias de la baja autoestima y la estimulación que se debe dar a los niños para el desarrollo saludable de la autoestima. En relación a la segunda variable que sustenta la investigación, se toman subtemas como, definición, objetivos, ciclo de aprendizaje de las dinámicas grupales, importancia de las mismas, la relación entre la autoestima y en sí, las dinámicas grupales que se utilizaron.

En cuanto al apartado de materiales y métodos, la orientación metodológica de la investigación, tiene un enfoque mixto, cuantitativo-cualitativo, es un estudio de tipo, descriptivo, diseño pre experimental y de corte transversal, se utilizaron los métodos, investigación – acción, científico, deductivo, inductivo, analítico y sintético. Se aplicó la prueba de autoestima de César Ruíz Alva, antes y después de la propuesta alternativa y para complementar y corroborar la información, se empleó un cuestionario para el pre y post test en

cada taller ejecutado. La investigación se realizó sobre una muestra de 51 estudiantes, en donde 21 estudiantes son de quinto y 30 de sexto año.

Los resultados de la primera aplicación de la prueba de autoestima, demuestran que el 43.14% de los estudiantes se encontraban con un nivel de autoestima bajo, a partir de estos resultados se plantea las dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo saludable de la autoestima, con la metodología basada en talleres psicoeducativos.

De lo que se concluye que las dinámicas grupales son significativas para el desarrollo de la autoestima, dado que promueven actitudes y pensamientos positivos de valía y amor propio dentro del proceso grupal.

Se recomienda a los directivos de la institución seguir aplicando las dinámicas grupales para mantener una autoestima positiva en sus estudiantes.

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

d. REVISIÓN DE LITERATURA

Autoestima

La autoestima es un elemento básico para el desarrollo emocional saludable de los niños, en este capítulo se describe la información que resulta oportuna para su entendimiento, por ello es necesario acotar los conceptos que son los cimientos del reactivo psicológico utilizado en la presente investigación.

Definición

Ruíz (2003) entiende la autoestima como “el valor que el sujeto otorga a la imagen que obtiene de sí mismo, es una actitud positiva o negativa hacia un objeto particular que es el sí mismo” (p. 1). Es decir, la persona es consciente de su autoimagen que incluye tanto aspectos físicos como psicológicos y emocionales, pudiendo así, consentir un juicio de valor positivo, negativo o neutro.

Así mismo, es necesario conocer la definición del pionero en el estudio de la autoestima, para Coopersmith citado en (Broch, 2014) “Es la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso” (p. 6).

En este sentido, la autoestima es un sentimiento evaluativo, puesto que expresa una valoración acerca de rasgos o características físicas, psicológicas y emocionales que cada persona tiene sobre sí mismo, pudiendo de esta manera, aceptarlas, respetarlas y asignarles una estimación que puede ser positiva o negativa.

Componentes de la autoestima

De acuerdo con Mendoza (2018) es oportuno mencionar los componentes de la autoestima pues son necesarios para el desarrollo, fomento y potenciación de la misma. Los elementos más importantes se describen a continuación.

Autoconcepto

Es el aspecto más importante en donde se fundamenta la autoestima, se refiere a todas las creencias, opiniones o impresión que se tiene sobre sí mismo, es decir, las percepciones o pensamientos que se tiene sobre las propias capacidades, características o cualidades. El autoconcepto se define en términos de creencias, juicios y pensamientos; éste se desarrolla a lo largo de los años a partir de las relaciones interpersonales, tiene una base real y en otros casos no. (Mendoza, 2018)

Autoconocimiento

Es de vital importancia conocerse a sí mismo para el amor propio, el autoconocimiento es el fundamento para generar una evaluación y valoración objetiva para saber quién se es y saber de qué se es capaz. Cuando una persona aprende a conocerse es cuando en realidad vive, ciertamente no se puede vivir con algo que se desconoce de uno mismo mucho menos emplear capacidades, recursos o habilidades desconocidas sobre uno mismo. (Mendoza, 2018)

Autoimagen

Se refiere a gustarse a sí mismo, es decir, saber cómo me veo y que tanto me gusto y me agrado. Además, hace referencia a dos aspectos primordiales, el primero, es el aspecto físico que implica mirarse y saber que se cuenta con una belleza propia y única sabiendo que al resto

puede gustarles o no y el segundo es la actitud que involucra tener una actitud agradable y atractiva para consigo mismo y también para con el resto. (Mendoza, 2018)

Autoconfianza

Es un elemento básico para la autoestima, se refiere a creer en sí mismo, saber que se puede lograr lo que se proponga y que se cuenta con los recursos necesarios para cumplir metas u objetivos propuestos. (Mendoza, 2018)

Por otro lado, es importante recalcar que la autoconfianza no se refiere a una creencia irracional y fantasiosa de que todo lo puedo, sino en el conocimiento de sí mismo y también conocer cuáles son las limitaciones y aspectos en los cuales se debería trabajar para poder cumplir con las metas fijadas. Confiar en uno mismo involucra saber quién soy y a donde voy como persona, profesional y ante todo como ser humano.

Autoaceptación

El último aspecto fundamental de la autoestima es la aceptación de sí mismo, resulta indispensable aceptar todos los aspectos que nos componen, amar y respetar todo lo que uno es tanto las limitaciones como los defectos. (Mendoza, 2018)

En síntesis, es importante que el sujeto primero se conozca a sí mismo, sus características físicas y mentales, cualidades, defectos, habilidades, capacidades y limitaciones aceptándolas, otorgando un sentimiento valorativo a todo ese conjunto de rasgos, sabiendo lo que soy y lo que no soy, lo que puedo hacer y lo que no, provocando un nivel de satisfacción con uno mismo.

Importancia de la autoestima en la niñez

Como se sabe, la autoestima impacta en todos los aspectos la vida de los niños volviéndose un factor fundamental en el desarrollo. Esta permite que las personas se adapten a nuevos entornos, mejora las relaciones sociales y, además, potencia el desarrollo cognitivo y socioemocional.

De igual forma, la autoestima es una necesidad de vital importancia para el ser humano, ya que cumple un rol protector de salud mental, es básica y contribuye especialmente al proceso de la vida. Es indispensable para el desarrollo moral, tiene valor de supervivencia y su ausencia afecta al correcto funcionamiento del ser humano (Zamora, 2012).

En cuanto al desarrollo de la autoestima en la niñez y la importancia de la misma, Broch (2014), indica que es recomendable trabajar de forma adecuada con el uso de diferentes actividades para que los alumnos vayan construyendo su autoestima puesto que, su desarrollo:

- Establece el núcleo de la personalidad.
- Ayuda a superar problemas personales y a enfrentar las dificultades.
- Hace que seamos más responsables.
- Ayuda a que aumente la creatividad.
- Establece la autonomía personal.
- Facilita relaciones sociales saludables (p. 8).

Como se puede observar tener una autoestima adecuada es de vital importancia ya que el valor que se tiene hacia uno mismo o la aprobación que tengamos con nosotros se encuentra íntimamente relacionado a nuestra salud tanto emocional como física, la autoestima es esencial para el bienestar personal propio como también para relaciones interpersonales.

Es preciso señalar que, en la etapa de la niñez, las personas más importantes en el desarrollo y formación de la autoestima son los padres, profesores, amigos, compañeros y por supuesto, la valoración que se recibe de ellos, esencialmente si estos son significativos para desarrollo del niño propiamente dicho; por otra parte, las experiencias de éxito y fracaso y la manera de interpretar estas situaciones también favorecen a la configuración de la autoestima.

Con referencia en lo anterior, uno de los factores que también influyen en el desarrollo saludable de la autoestima es la primera experiencia formativa del niño, que se desarrolla dentro del ámbito familiar y en la escuela pues, es aquí en donde el profesorado puede definir ciertas estrategias y técnicas para trabajar la autoestima en casa con la familia.

Niveles de autoestima

Los niveles de autoestima descritos a continuación, se revisan desde la óptica general Ruiz Alva son los evaluados y descritos en el instrumento psicológico utilizado en la presente investigación.

Entre los niveles de autoestima tenemos los siguientes:

Autoestima alta

Para Coopersmith citado en (Naranjo, 2007) es el nivel de autoestima deseable para sentir satisfacción en la vida, las personas con el nivel de autoestima adecuada confían en sus habilidades y capacidades, además de enfrentarse a la vida de una manera resolutiva y triunfante. Es decir, se sienten seguros de sí mismos, de lo que pueden y no pueden hacer.

Tendencia a alta autoestima

Para Ulloa (2003) este tipo de autoestima, existe cierto tipo de inestabilidad en su consistencia, es decir, la autoestima es positiva, saludable, pero es difícil de mantenerla. Estas personas tienen predisposición o una inclinación a tener una autoestima alta puesto que, aunque tienen momentos de volubilidad saben y pueden confiar en sus capacidades.

Autoestima en riesgo

Las personas con este nivel de autoestima, en momentos son confiadas y se sienten muy valiosas, por otro lado, se sienten inútiles, dándole demasiada importancia a la opinión externa, es en estas personas en donde se deben potencializar factores protectores para el desarrollo de conductas que favorezcan el proceso de un crecimiento íntegro y saludable. (Ulloa, 2003).

Estos individuos son propensos a la influencia del resto al encontrarse en un punto medio de no tener autoestima baja ni alta, por lo cual existe la probabilidad de que con el apoyo correcto puedan autovalorarse y creer en sí mismos o, por el contrario, con un sustento erróneo podría decrecer su autoestima, experimentando sentimientos de incapacidad, inutilidad, impotencia y minusvalía.

Tendencia a baja autoestima

Las personas tienen propensión a un nivel de autoestima bajo, dependen de las opiniones, ideas o comentarios del resto para poder construir su propio autoconcepto, además de tener indecisión e inseguridad al resolver un conflicto o enfrentarse a situaciones comunes, así mismo, desconfían de sus habilidades y capacidades. Por otro lado, estas personas son socialmente aceptables, aunque siempre están en duda de su concepción, constantemente están poniéndose a prueba o evalúan sus competencias. (Ulloa, 2003)

En estas personas se debe procurar aún más la potenciación o el desarrollo de factores y ambientes protectores como el amor y afecto de la familia, la atención afectuosa por parte del o los docentes, relaciones significativas con adultos, la comunicación y participación entre la escuela y la familia.

Autoestima Baja

Coopersmith citado en (Naranjo, 2007) alude que las personas que tienen este nivel de autoestima, no creen en sus capacidades, tienen inseguridad extrema y la demuestran ante cualquier decisión, además no valoran en lo absoluto sus cualidades, ya que necesitan de la aprobación y el reconocimiento de los demás. Así mismo, la baja autoestima se define como un sentimiento de inferioridad e incapacidad personal puesto que, tienen miedo al fracaso y se consideran infelices.

En resumen, el nivel de autoestima y la calidad de vida se encuentran estrechamente relacionadas, ya que si se tiene un nivel de autoestima bajo resultará difícil alcanzar o llevar una vida exitosa por la insatisfacción personal, profesional y social. Por el contrario, con un nivel de autoestima alto, las personas se sentirán seguras de sí mismas, confiarán en lo que realizan y alcanzarán las metas que se han propuesto, llegando autorrealizarse por completo.

Características de los niños con autoestima alta

Zamora (2012) menciona aspectos que caracterizan a los niños con autoestima alta o positiva:

- Tienen seguridad y confianza en sí mismos
- Son asertivos
- Expresivos

- Son estables emocionalmente
- Tienen éxito en lo académico y social
- Son creativos, cooperativos y siguen las reglas
- Disfrutan de sus cualidades y capacidades
- Confían y esperan tener éxito siempre
- Es capaz de afrontar problemas
- Es empático
- Se sienten orgullosos de sí mismos
- Tienen metas realistas y caminan hacia ellas
- Conocen sus limitaciones y admiten aspectos desfavorables de su personalidad
- Su amistad es agradable
- Son atentos (Zamora, 2012)

En cuanto a lo mencionado, sabemos que la valoración y la aceptación son los aspectos básicos para el desarrollo de una buena autoestima, pues, si el niño valora y acepta sus cualidades, competencias y características, sabe de lo que puede llegar a hacer, reconoce sus errores e intenta mejorar cada vez más hasta conseguir su objetivo. Aunque, se debe diferenciar que el tener una autoestima alta o positiva no significa ser o sentirse superior al resto del mundo, si las personas de nuestro entorno valoran y respetan cada una de nuestras características, provocará que la persona se sienta más aceptada, aportando de esta manera al crecimiento personal y amor propio.

Características de los niños con autoestima baja

Para Zamora (2012) existen rasgos comunes que caracterizan a los niños con autoestima negativa o baja y que pueden detectarse con facilidad en la escuela o en el hogar:

- Se desaniman muy rápido
- Tienen pocas habilidades sociales
- Colaboran muy poco en las actividades grupales
- Se irritan fácilmente
- Son impulsivos
- Tienen temores injustificables
- Se sienten inferiores
- Desean ser diferentes
- Se consideran poco atractivos
- Tienden a aislarse
- Tienen miedo de hablar frente al público
- No valoran en lo absoluto sus habilidades y capacidades
- Desean ser como los demás
- Rechazan todo tipo de actividad que involucre interactuar con sus pares.
- Son dependientes a sus padres
- Tienen pocos amigos o no tienen ninguno (Zamora, 2012).

De esta manera, es evidente, que la baja autoestima desarrolla sentimientos como angustia, desánimo, indecisión, pereza, vergüenza, dolor, etc. Por ende, es necesario trabajar la autoestima de manera permanente y sólida, en todas las etapas de crecimiento del niño, solamente de esta forma él no se sentirá inferior por diferencias minúsculas o acontecimientos cotidianos a distinción de sus pares.

Desarrollo de la autoestima

Generalmente es cerca de los ocho años cuando los niños manifiestan un concepto de su propia valía, pero frecuentemente a través de su comportamiento demuestran que tienen un autoconcepto. Antes del cambio de los cinco a los siete años, la autoestima de los niños no está basada en la realidad si no en los juicios que los adultos hacen sobre ellos. Por lo general la autoestima en la segunda infancia tiende a ser absoluta (“soy bueno” o “soy malo”), no es hasta la tercera infancia que se vuelve más realista a medida que las percepciones personales comienzan a obtener forma y a conservar la valía propia. (Papalia et al., 2009)

Como ya se ha aclarado, las personas no nacen con un nivel de autoestima constituido, si no que ésta se va desarrollando a medida que el niño crece y establece relaciones personales de confianza y aceptación con las personas que interactúan en su entorno además de la internalización de experiencias en el mismo.

De la misma manera, es de gran importancia el papel que juegan los padres en el desarrollo integral de los niños, los padres son como espejos para sus hijos y es a partir de allí donde el niño va construyendo su propia identidad. En la edad infantil los padres son las personas más importantes para los niños, es por eso que la imagen que el niño cree que tienen de él es muy significativa para la construcción de los pilares fundamentales de la infancia y la adolescencia. A medida que el niño va creciendo, adquiere un mayor conocimiento del mundo exterior, ampliando su relación con otros familiares, compañeros, maestros, vecinos, etc. Cobra gran importancia lo que éstos digan y opinen sobre él para el desarrollo de su autoestima.

Causas de la baja autoestima

Para Llaca et al. (2006) se sabe que los niños de cinco a 12 años tienen la autoestima especialmente vulnerable, las numerosas experiencias que viven a diario en las escuelas, comunidades y familia, conjuntamente con el miedo o temor son los principales factores que pueden contribuir a la disminución de la misma.

Aunque el ser humano nace con su autoestima intacta, en ciertos casos, ésta se va perdiendo especialmente en los primeros años de infancia. En los niños, el temor es uno de los principales causantes de la baja de autoestima, como el temor a recibir un regaño, un castigo, de reprobación exámenes, a ser tratados con desprecio, a ser objeto de burlas o el temor a hacer el ridículo.

Es preciso señalar, que la mayoría de estos temores tienen su inicio en el hogar, es decir, contar con padres autoritarios, poco comunicativos, restrictivos, negligentes o que no sepan demostrar amor a los hijos, será un factor básico para que la autoestima vaya disminuyendo en la infancia.

Por su parte, otro de los factores desencadenantes para la abaja autoestima es que exista un hogar disfuncional, aunque no existan golpes o gritos, los niños captan la falta de amor, la indiferencia, la tensión y el resentimiento existente entre sus padres.

Sin embargo, Ríos (2009) alude que también existen acciones causales de los padres o maestros sin pretensión alguna y las cuales llevan a consecuencias no deseadas:

- Exigirle al niño en exceso, esto conlleva a crear inseguridad y falta de confianza en sí mismo.
- Someter al niño le produce miedo y retraimiento.

- Sobreproteger al niño crea dependencia e incapacidad, puede que se sienta el afecto que se intenta transmitir, pero el infante se sentirá inútil para realizar cualquier tarea el sólo.

Otro de los factores desencadenantes de la baja autoestima es que el niño reciba, de manera frecuente, comentarios negativos ya sea de sus padres, maestros, amigos u otros niños relacionados a la manera de como éste se ve, cómo realiza determinada acción o respecto a su forma de actuar.

Si bien es cierto, la autoestima depende en gran medida de la educación que recibe el niño en el hogar y la escuela que deberían convertirse en espacios agradables donde debe tener estimulación en su desarrollo y motivación para que así pueda confirmar su aceptación y valoración.

Consecuencias de la baja autoestima

La baja autoestima conduce a un sinnúmero de consecuencias que, en muchos de los casos, si no se las maneja o trabaja a tiempo, en adultez se muestran con mayor intensidad y conllevan a problemas de salud tanto físicos como emocionales.

- Desconfiar en las propias habilidades y capacidades
- Mostrarse inseguro y ansioso ante situaciones comunes
- Sentirse desvalorizado ante los demás
- Dificultades para expresar sus sentimientos
- Sentirse frustrado
- Temor a fracasar
- Es influenciado ante la opinión del resto

- Falta de carácter
- Problemas en la formación de la personalidad
- Aislamiento
- Insatisfacción con la vida
- Desatender las responsabilidades
- Se sienten inseguros en su entorno
- Presentan dificultades para entablar relaciones sociales (Ríos,2009).

Aunque la autoestima es un problema netamente psicológico, sus consecuencias también repercuten en el bienestar físico de las personas, entre ellos están:

- Hipertensión
- Trastornos alimenticios
- Autolesiones
- Obesidad
- Trastornos del sueño
- Depresión

Estimulación en los niños para el desarrollo de una autoestima saludable

Broch (2014) menciona que es bueno estimular el desarrollo de la autoestima incentivando al niño a que experimente nuevas situaciones y enseñarle a atribuir el éxito obtenido a su propio esfuerzo o, por el contrario, si falla enseñarle a que no se frustre por los fracasos. Los padres y maestros deberían poner en práctica los siguientes aspectos:

- Favorecer la madurez individual.
- Comportarse con modelos, ya que los niños imitan a los adultos.

- Ofrecer un tiempo de juego y conversación.
- El tiempo debe ser de calidad, libre de preocupación y el centro de atención debe ser el niño.
- Observar con detenimiento las características del niño.
- Conocer y diferenciar el potencial.
- Animar y motivar para que se desarrolle este potencial, a través de distintas actividades lúdicas, deportivas, académicas, etc.
- Ayudar a que se sientan especiales en algo.
- Valorar los progresos que consigan, mas no compararlos con los de alguien más.
- Colmar de cariño y afecto de manera incondicional.
- Estimar sus cualidades.
- Apoyar cuando algo le salga mal o sienta que va mal.
- Impulsar el desarrollo de las responsabilidades teniendo en cuenta la etapa de su desarrollo.
- Fomentar la toma de decisiones y la resolución de problemas.
- Proporcionarle libertad para que tome riesgo.
- Reforzar las conductas positivas que muestre.
- Poner límites claros y enseñar a pronosticar consecuencias.
- Ser permanente en la transmisión de reglas familiares.
- Evitar las descalificaciones personales y los insultos.
- Tratar con respeto.
- No exigirle perfección.
- Que escuche los comentarios positivos que se hacen de él, más no las críticas de familiares, amigos, etc.

- No permitir que ellos mismo se critiquen negativamente y de manera constante.
- Propiciarle de valores.
- Ser cautelosos en el propio comportamiento y actitud ya que se es modelo para el niño.
- Tener una escucha activa, poniendo atención en lo que dice y la forma en lo que hace para que el niño sepa que sus preguntas y opiniones son importantes.
- Los elogios que le hacemos deben ser específicos y sinceros centrándose en las cosas positivas y cotidianas que realiza.
- Felicitarlo por los logros obtenidos, teniendo correspondencia en lo que se dice con como lo dice.
- Reconocer el esfuerzo, el interés, mas no en los resultados que obtenga.
- Promover la expresión de sentimientos, emociones y afecto.
- Otorgarle la facilidad para que tenga relaciones sociales y amistades.
- No mentirle ni engañarle.
- Cumplir las promesas ofrecidas.
- Corregir le ayudará a que sepa lo que está bien y lo que está mal (Broch, 2014).

Con estos conceptos se rectifica una vez más importancia de la autoestima y la importancia de cómo trabajarla tanto en el hogar como en la escuela, puesto que, estos son los entornos en donde el niño más interactúa y es en donde se encuentran las personas significativas para él. Además, juega un trascendental papel el nivel de autoestima que tengan los cuidadores primarios y los maestros que conviven diariamente con los niños, la autoestima que tenga un docente repercute de manera significativa en la metodología didáctica que este emplee para con sus estudiantes, si el profesor tiene una autoestima alta, será un buen líder que velará porque sus estudiantes aprendan, utilizando métodos creativos para lograr los objetivos académicos. Finalmente, al referirse a la autoestima de los padres, sabemos que, si ellos no tienen una buena

autoestima, sus hijos tampoco la tendrán, los hijos perciben la falta de confianza, de valor y de amor propio en sus padres afectando directamente en los pensamientos, emociones y comportamiento de los niños. Los niños son como esponjas, absorben todo lo que pasa a su alrededor, más aún cuando están en proceso de crecimiento son sensibles y vulnerables a vivencias y enseñanzas del entorno familiar.

Dinámicas grupales

Definición

Desde tiempos inmemorables el hombre es concebido como un ser social debido a su gran capacidad para desarrollarse en grupo, por ende, es necesario conocer el concepto de grupo ya que es la unidad básica del estudio de la organización humana.

Para Bermúdez (2002) un grupo es un conjunto de personas que interactúan de manera directa, durante un tiempo específicamente estable, para alcanzar determinados objetivos relacionados a la realización de una tarea.

Es decir, un grupo es la reunión de dos o más personas, las cuales comparten normas, valores o características en común y se encuentran situados dentro de un contexto específico en donde, cumplen sus roles sociales, además de interactuar con otros individuos.

En el concepto histórico de la psicología social, se debe destacar que fue Kurt Lewin el que fundó el primer centro de investigaciones de dinámica de grupos, gracias a la actividad allí realizada, Lewin pudo ofrecer explicaciones en torno a la consecución de objetivos, al aumento del rendimiento grupal o, incluso a la obtención de mayor satisfacción por parte de los miembros cuando forman parte de un grupo, (...) Todo ello relacionado directamente con las técnicas de dinámica de grupos. (Vivas, Rojas & Torras, 2009, p. 7).

En relación con lo anterior, se comprende que la dinámica grupos y los resultados que se obtengan en la ejecución de tareas, está estrechamente relacionado con las técnicas que se aplican directamente al grupo en general. En este sentido, las técnicas de dinámicas de grupo son lo que otros autores llaman las dinámicas grupales, de lo cual, se acotará una breve definición.

Para Vivas, et al. (2009): “las técnicas de dinámica de grupo son procedimientos o medios sistematizados de organizar y desarrollar la actividad de grupo, todos ellos fundamentados en la teoría de dinámica de grupo” (p.7). Estas técnicas pretenden que los participantes de un grupo adquieran nuevos conceptos, conocimientos en relación con el fenómeno grupal y en relación con ellos mismos para propiciar la interacción entre los miembros del grupo.

Por otro lado, Banz (2008) menciona que las dinámicas grupales son:

(...) Una experiencia social de aprendizaje integral, en la que se conjugan aprendizajes de distinto orden y se propicia la transferencia de los aprendizajes a la práctica cotidiana. Es una experiencia grupal que dinamiza internamente a cada integrante, promoviendo introspección y reflexión. (p.1)

En otras palabras, las dinámicas grupales son técnicas que va más a allá de desarrollar aprendizajes, más bien aporta al trabajo en equipo, al conocimiento tanto propio como grupal, a la interacción entre todos sus miembros, la cooperación y disminución del egocentrismo, de aquí la importancia de que en el salón de clase se empleen dinámicas grupales, puesto que es necesario fomentar el clima del aula en pro del aprendizaje y la enseñanza; brindando especial atención al desarrollo integral del estudiante, tanto físico, mental y emocional.

Además, se debe tener claro que para poder llevar a cabo las dinámicas grupales es fundamental que el facilitador conozca acerca de las principales características del grupo, así como también que este tenga experiencia desarrollando técnicas de dinámica de grupos.

Objetivos

Para Hartuz (2004) los objetivos de las dinámicas de grupo se centran en:

- Hacer conscientes a las personas de sus diversas formas de expresión-reacción emocional y de las demás personas.
- Instruir acerca de las consecuencias de los hechos y el aprendizaje de los mismos.
- Fomentar el desarrollo de competencias que faciliten el trabajo en grupo.
- Posibilitar y transmitir un tratamiento democrático y científico de problemas de desarrollo y de actuación social y personal.
- Transmitir puntos de vista sobre valores personales, objetivos y actuaciones.
- Crear consciencia sobre el aprendizaje recíproco entre los participantes.
- Conseguir una mayor eficacia de comportamiento individual frente al ambiente.
- Hacer consciente de los propios procesos de aprendizaje y capacitar para aprender cómo se aprende

Además de lo mencionado, se debe tener en cuenta que, las dinámicas grupales van más allá de la mera actividad recreativa o lúdica, pues su objetivo primordial es el aprendizaje integral y social en donde la existencia de diversos conocimientos y la transferencia de los mismos entre los participantes y el facilitador es esencial en la misma.

Ciclo de aprendizaje de una dinámica grupal

Banz (2008) alude que el carácter de proceso inductivo con el que cuentan las dinámicas grupales, son propicias para lograr aprendizajes, es decir, las conclusiones obtenidas son extraídas y construidas a partir de una experiencia. No obstante, debe cumplir un ciclo determinado de seis fases:

a. Fase de motivación

Esta primera fase, implica captar la atención de los participantes para la realización de la actividad, así mismo, involucrarlos con la misma y con sus objetivos, aunque estos con frecuencia no son comunicados más bien, se encuentran directamente implícitos en la realización de la técnica. Esta etapa busca crear un contexto adecuado para la realización del trabajo conjunto.

Para que esta fase se realice con normalidad, es necesario que los participantes interrelacionen sus necesidades con la actividad a realizarse ya que les permitirá sentir que la actividad es verdaderamente relevante y significativa para ellos.

b. Fase de experiencia o vivencia

Es el desarrollo de la actividad propiamente dicho, es frecuente que esta fase se la relacione con el juego o la diversión por ello, la importancia del papel del facilitador ya que debe cuidar que los participantes entiendan el proceso que se está realizando, se involucren de manera activa en la dinámica y que se sientan a gusto con su realización.

c. Fase de comunicación de la experiencia

Culminada la fase anterior, los participantes se encuentran listos para comunicar su experiencia, pensamientos y emociones vividas y encontradas en la realización de la dinámica. El objetivo principal de esta fase, es que el grupo aproveche y se enriquezca con su propia experiencia y con la del resto de participantes.

d. Fase del procesamiento de la experiencia

Aquí se debe identificar los elementos comunes desde distintas vivencias, las diversas experiencias y la relación existente entre las diferentes visiones de la actividad. Para ello, el facilitador debe recurrir a técnicas de procesamiento de la información como la discusión guiada por el coordinador, discusión en grupo o cuestionarios individuales de análisis.

e. Fase de generalización de la vida cotidiana

Después de reflexionar y comprender aún más de la dinámica, es necesario llevarla al diario vivir preguntándose: ¿en que se aplica lo aprendido en la vida cotidiana? ¿por qué, y para que nos sirve los nuevos conocimientos?

f. Fase de aplicación

Los participantes explican la manera en que la vivencia experimentada en la dinámica se aplica en la vida cotidiana. Un punto relevante en esta fase es que, los participantes pueden evaluar la actividad ofreciendo información acerca de la utilidad y la importancia de la aplicación de la misma, se pretende dar puntos a favor o en contra para la mejora del proceso de ejecución de una dinámica grupal. (Banz, 2008)

A manera de conclusión, es trascendental respetar y cumplir cada una de estas fases para que los objetivos de la dinámica sean alcanzados, además es necesario que una

dinámica grupal no sea utilizada como un simple método de recreación o diversión, puesto que, aporta beneficios emocionales y psicosociales tanto en el individuo como en el grupo de trabajo.

La importancia de las dinámicas grupales en el desarrollo de la autoestima en los niños

Las dinámicas grupales fomentan en el infante el trabajo cooperativo, la motivación individual y la forma adecuada de interrelacionarse con sus pares, además, también ayuda a que el estudiante sea consciente de sus cualidades, sus capacidades y sus competencias, no obstante, también promueve a que el alumno esté al tanto de que aspectos puede mejorar al igual que el reconocimiento de sus puntos débiles y limitaciones. Es por esto necesario emplear las dinámicas grupales como una estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima, pues sus beneficios van más allá de la simple diversión, sus objetivos están dirigidos a alcanzar el autoconocimiento, la confianza en sí mismo y el amor propio.

En efecto, resulta oportuno acotar algunos de los aspectos principales que menciona Johnson citado en (Briceño & Torrejón, 2010) que este tipo de dinámicas grupales proporcionan:

- Interdependencia positiva, en otras palabras, el estudiante se preocupa por el desarrollo grupal y por el suyo mismo.
- La promoción grupal, es decir, la obtención de logros y en la retroacción que el grupo haga a cada uno de sus miembros.
- Aprender a colaborar, a trabajar en equipo y cambiar la competitividad por el trabajo colaborativo.
- Aprender a convivir en grupo, es decir, mejorar las relaciones interpersonales entre todos los miembros.

- Se aprende a hacer consensos entre el grupo, tomando en cuenta las necesidades de cada participante.
- Se aprende a autoreconocerse como grupo y diferenciarse de otros grupos.

Este conjunto de aspectos ayuda a desarrollar la autoestima de una forma saludable, con ella se aprende a observar cualidades positivas propias y también del grupo para después aprender a expresarlas. Cuando los niños se encuentran inmersos en una dinámica, están imaginando, inventando, creando y explorando con todos sus sentidos su mundo alrededor, es evidente entonces que la autoestima se encuentra directamente implícita en cada momento de la realización de estas dinámicas.

Como lo mencionan Briseño & Torrejón (2010) usando las dinámicas grupales, como estrategia didáctica, los estudiantes desarrollan:

- Seguridad en sí mismos.
- Autocontrol
- Manejo de la ansiedad y la agresividad.
- Aprenden a trabajar en equipo.
- Aprender a ser más solidarios y menos egocentristas.
- Mejorar el ambiente en el aula.
- Tomar conciencia del otro (p.13).

Dinámicas grupales y la autoestima

Estas dinámicas están enfocadas a desarrollar, potenciar, fomentar y fortalecer la autoestima de los estudiantes, atendiendo de manera primordial al reconocimiento de habilidades, características y cualidades de sí mismo, además de la identificación de estas en el resto, para

posteriormente, tener confianza lo que cada uno es capaz de lograr y finalizar con la aceptación de sí mismo.

Para ejecutar estas dinámicas en pro del desarrollo integral del estudiante, se debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

- En la aplicación de las dinámicas se debe favorecer el desarrollo de un clima de confianza, participación y respeto para todos los miembros del grupo.
- Es conveniente explicar a los participantes el objetivo de las actividades además de incentivar a los mismos a que brinden opiniones o sugerencias las mismas que deben ser reflexionadas y aceptadas por el grupo y el facilitador.
- Trabajar en círculo facilitará la interacción entre todos los participantes, pues nadie estará tras la espalda de otro.
- La evaluación del desarrollo de cada dinámica es un elemento importante, al finalizarlas se debe realizar una puesta en común en torno a cómo se han sentido los participantes, cuales aspectos han sido positivos y que cosas no fueron interesantes.

Después de las consideraciones anteriores, es importante delimitar cuáles serán las dinámicas grupales a utilizar para la realización de la propuesta de intervención, puesto que, existe una gran variedad de ellas. Las dinámicas de grupo que se aplican son las que están enfocadas a la cohesión grupal y a la confianza, al conocimiento de sí mismo y de los participantes, a la resolución de conflictos y a la comunicación, al trabajo en equipo y la cooperación. No obstante, se suprime el uso de las dinámicas que incitan a la competencia entre los participantes, la exclusión o las que involucran la burla, denigración o discriminación de los mismos participantes o persona en general.

Hecha la observación anterior, las dinámicas que se utilizaron para el desarrollo saludable de la autoestima, son:

1. ¿Quién soy yo?

Objetivo: desarrollar la capacidad para definirse uno mismo

Procedimiento: se facilita a cada estudiante una copia con el título ¿Quién soy yo? La cual contendrá un recuadro y unas líneas en donde, deben dibujarse en el recuadro tal y como creen que son y en la parte de las líneas debe describir las percepciones, características que el estudiante cree tener. De esta manera, se intenta conocer la opinión que cada estudiante tiene de sí mismo, posteriormente, se procede a una breve socialización de lo realizado de manera integradora.

Tiempo: 40 minutos

Cierre: con la técnica lluvia de ideas, se pide opiniones y comentarios a los estudiantes, así mismo, se puntualiza los puntos principales de la actividad.

2. Juego de las estrellas

Objetivo: conocer y diferenciar a cada miembro del grupo por sus habilidades, características y cualidades.

Procedimiento: a cada estudiante se entrega una estrella de cartulina, en la cual deberá escribir su nombre y tres características, cualidades, preferencias o habilidades que el piense que lo definen como único, también, se puede pedir a los estudiantes que coloreen la estrella de su color favorito. Después, se procede a colocar todas estas estrellas en una bolsita para mezclarlas, de modo que cada estudiante tenga una diferente estrella a la suya, finalmente cada estudiante pasa al frente a leer los tres aspectos escritos en la estrella sin decir el nombre mientras sus compañeros tratan de adivinar a quien pertenece la estrella y este pueda proceder a recoger su estrella.

Tiempo: 45 minutos

Cierre: a través de la retroalimentación se pretende recordar y conocer si fueron logrados los fines de la actividad.

3. El árbol de mi estima

Objetivo: identificar y reafirmar las virtudes propias

Procedimiento: se provee a los estudiantes de una copia que contiene el dibujo de un árbol en donde deberá escribir, en las raíces su valores, cualidades o virtudes que ellos tengan, en las ramas, las acciones que se llevan a cabo en relación a lo escrito en las raíces y en las hojas o copa escribirán los logros que se conseguirán o el resultado positivo que se obtendrá si se practica lo escrito en raíces y ramas.

Tiempo: 45 minutos

Cierre: para finalizar, se abre un espacio de reflexión con las siguientes preguntas: ¿Qué fue lo más difícil de detectar, lo de las raíces o lo de las ramas? ¿es satisfactorio lo escrito en la copa? ¿Qué pasaría si no tuviéramos nada que escribir en las raices? Etc.

4. Pensamiento positivo

Objetivo: reconocer las cualidades y fortalezas de cada estudiante

Procedimiento: se tendrá en el escrito pares de tarjetas, una tarjeta para cada estudiante, cada uno irá eligiendo una tarjeta y posteriormente se encontrará con la pareja de la tarjeta. Tras la tarjeta cada integrante de la pareja formada deseara a su compañero un pensamiento positivo como frases de aliento, algo que le guste de su compañero, una cualidad que tenga etc. Finalmente, se entregan las tarjetas cada uno y se socializa los pensamientos positivos que ofrecieron los compañeros.

Tiempo: 30 minutos

Cierre: se pregunta a los estudiantes ¿Qué se siente recibir un pensamiento positivo por parte de los compañeros? ¿sirvió esta actividad para conocerse más de cómo soy?

5. Me gusta ser como soy

Objetivos: reconocer mis características físicas e intrapsíquicas amarlas y respetarlas,

Procedimiento: se facilita a los estudiantes una copia con un ovalo dibujado y el título me gusta ser como soy y un recuadro en la parte inferior, se encuentra una pequeña ficha.

En el ovalo, que simulará al borde del rostro, los estudiantes deben dibujar como es exactamente sus características físicas, haciendo énfasis en el color de piel, cabello y ojos y en la forma de los mismos. Finalmente se llena la ficha antes mencionada.

Tiempo: 30 minutos

Cierre: se explica a los estudiantes la importancia de amar y respetar cada uno de nuestros rasgos físicos, además de nuestros pensamientos, opiniones y emociones. Para concluir se pregunta a los estudiantes: ¿Qué tan atractivos nos consideramos?

6. Elogios escritos

Objetivo: fortalecer la autoimagen de los participantes a través de la expresión emocional escrita

Procedimiento: primero, se invita a los participantes a sentarse formando un círculo y se les entrega un pedazo de cartulina en blanco, en donde solamente anotarán su nombre, posteriormente, a la voz de la facilitadora, irán pasando esta cartulina a su compañero de la derecha y cada uno leerá el nombre de quien pertenece la tarjeta y le deseará un elogio, unas palabras bonitas, una frase de aliento o algo que le guste de su compañero. La cartulina ira rotando por todos los compañeros de modo que cada uno dedique a su compañero un aspecto positivo, al final se debe tener el mismo número de frases que de

participantes. Cuando la tarjeta haya llegado a manos del dueño. Se pide a los estudiantes que de forma voluntaria lean todo lo escrito en su cartulina.

Tiempo: 45 minutos

Cierre: para cerrar la actividad, se pregunta a los estudiantes ¿Qué se siente recibir bastantes y diferentes frases afectuosas? ¿estamos acostumbrados a que nos den elogios escritos?

7. El entierro del no puedo

Objetivo: tomar conciencia de los pensamientos y frases negativas que utilizamos y tener más confianza en sí mismo.

Procedimiento: se inicia comentando las frases negativas que frecuentemente utilizamos, nos dicen o se las tiene en mente, así mismo, se informa del daño que estas frases ocasionan a nuestra autoestima, y las consecuencias que trae consigo el no confiar en uno mismo y la falta de seguridad en las propias habilidades y competencias. Después, se entrega a los estudiantes un pedazo de hoja en blanco en donde anotarán las frases que frecuentemente utilizan o les dicen las personas más allegadas para ellos. Cuando ya se hayan escrito las frases, se explica que se va a proceder a quemar los papeles, ya que el fuego es significativo y eliminará todos estos comentarios negativos que nos hacemos. En el exterior, se procede a encender fuego y cada estudiante irá botando en la hoguera el papel, después de que todos pasen esperamos a que se convierta en ceniza y aquí explicamos que estas frases se han convertido en ceniza, en algo insignificante para nosotros y que ya no se va permitir que nos afecten y mucho peor que ya no vamos a decirlas ni pensarlas.

Tiempo: 50 minutos

Cierre: se crea un espacio para reflexionar, haciendo preguntas a los estudiantes: ¿se sintieron liberados con esta actividad? ¿Qué les pareció esta actividad? Además, se reafirma que la frase “No puedo” no existe en el vocabulario de los niños.

8. Yo en un futuro

Objetivo: sensibilizar acerca de la importancia de saber que quiero ser en un futuro y ser consciente de lo que puedo lograr.

Procedimiento: se entrega a cada estudiante una cartulina, la cual deben doblarla por la mitad, de modo que forme un pequeño libro abierto, en el escritorio se pondrá imágenes y revistas de donde los estudiantes podrá elegir para formar un collage de lo que quieren ser en un futuro. En la primera cara de la cartulina deben escribir como título “Yo” y deben dibujarse tal y como son ahora, es decir, que se haga notar que son niños y que están estudiando, en la primera cara internas de la cartulina, su autobiografía, y en la segunda escribirán lo que deben hacer para llegar a ser lo que quieren ser en el futuro. Por último, en la cara posterior de la cartulina será donde se realice el collage con la profesión u oficio de lo que quieren ser en un futuro, en esta cara se pondrá el título “en un futuro”, completando la frase con la primera cara “yo en un futuro”.

Tiempo: 50 minutos

Cierre: se realiza un compromiso con los estudiantes, aludiendo que deben luchar por cumplir sus sueños y que es importante que se fijen metas para construir una buena autoestima que servirá bastante en el futuro.

9. Un mundo diverso

Objetivo: aprender a aceptar al resto de personas sin importar sus características físicas, o intelectuales.

Procedimiento: se explica que esa dinámica requiere de la madurez del grupo y que su mente esté libre de prejuicios. Para iniciar se escoge a 10 estudiantes al azar a los cuales se les dirá que esperen a la facilitadora fuera del salón, con el resto de participantes se indica que los compañeros que están afuera tendrán una cinta en su frente la cual dirá una palabra que frecuentemente es relacionada con la discriminación, ellos no deben mencionar a sus compañeros que frase está escrita en su frente solo deben acercarse, tomar a unos de sus compañeros y llevarlo a sentar a su lado. Explicado esto, se procede a poner las palabras en las cintas para pegarlas en la frente de los niños, se les dice que entren al salón, se pongan al frente y esperen mientras sus compañeros los elijen. Para concluir se pregunta a cada estudiante que eligió a un compañero ¿Por qué lo elegiste? ¿por ser tu amigo o por lo que estaba escrito en su frente?

Tiempo: 45 minutos

Cierre: se cierra la actividad preguntando a cada estudiante que tenía una etiqueta en la frente como se sintió cuando fue elegido por un compañero. Además, se abre un espacio para reflexionar acerca de la inclusión, integración, las consecuencias de la discriminación y los prejuicios.

10. Acéptate tal y como eres

Objetivo: reconocer nuestra valía, amarnos, respetarnos y aceptarnos tal y como somos.

Procedimiento: se procede con la colocación de dos carteles en la pared que contendrán los dibujos de un niño y una niña. En el escritorio se pondrán algunas frases, en donde los niños deben elegir las y explicar la importancia de la misma para posteriormente proceder a pegarlas en el dibujo de la niña o el niño, correspondientemente con quien haya pasado a pegar la frase.

Tiempo: 30 minutos

Cierre: la facilitadora explica la importancia de utilizar las frases vistas con anterioridad todos los días para fomentar nuestra autoestima y poder desarrollarse de una manera saludable. Se retroalimenta los puntos más importantes de la dinámica.

Para finalizar este apartado, las dinámicas complementarias de presentación, animación y trabajo en equipo que se utilizaron fueron: yo tengo un tic, las partes de la vaca, la pelotita preguntona, el gato y el ratón, mar adentro-mar afuera, el gato, la cola de la vaca, las ulas, si puedo, una tormenta, la cajita mágica, terremoto, el ahorcado y kan ken pon.

Diagnóstico

Definición

Para Sobrado (2005) el termino diagnóstico dentro del marco educativo y profesional “es un ámbito pedagógico que se caracteriza por realizar un proceso sistemático de recogida constante de información, de valoración y toma de decisiones respecto a una persona o grupo de ellas” (p.86).

En otras palabras, a través de la recolección significativa de datos de los sujetos estudiados se emite juicios de valor, los cuales se compararán con otro grupo de personas o en situaciones diversas, para eventualmente tomar una o varios tipos de decisiones que conlleve a un plan de actuación para su cambio. El proceso diagnóstico va más allá de la aplicación de técnicas y métodos, pues también, evalúa que dicho proceso haya logrado con sus objetivos o por el contrario, que falencias existieron en el mismo.

Objetivo del diagnóstico

Para Arriaga (2015) el objetivo del diagnóstico educativo no se trata solamente de atender las deficiencias de los sujetos y su recuperación, más bien plantear una consideración

pedagógica; es decir, proponer sugerencias e intervenciones perfectivas, que pueden estar dirigidas hacia la situación en carencia para la corrección o recuperación y/o para situaciones que prevengan, desarrollen o potencien al sujeto o al grupo.

Fases del diagnóstico

El diagnóstico es un proceso metodológico, riguroso y sistemático que debe seguir actividades y técnicas sucesivas, estructuradas e interrelacionadas al contexto y conocimiento del sujeto o grupo.

En su aplicación, Arriaga (2015) menciona las siguientes fases:

Recogida de información, a través de conversatorios, encuestas, o pruebas.

Análisis de la información, con ayuda de tabulaciones, que indiquen la frecuencia y el porcentaje de lo investigado.

Valoración de la información, se evalúa la información, las fuentes, técnicas e instrumentos utilizados.

La intervención, planificación de propuestas interventivas o planes de acción.

La evaluación del proceso diagnóstico, se realiza una introspección de lo realizado, comparación de la información obtenida de diversas fuentes.

Importancia del diagnóstico

El diagnóstico es el punto de partida de un sistema complejo que afecta no solamente al estudiante, más bien a todo su entorno familiar, social y académico. Cuando se diagnostica

dentro del entorno escolar, se debe enfrentar la difícil tarea de dar solución a las dificultades que el niño o grupo de estudiantes presenta. (Milicic, 2015)

El diagnóstico educativo siempre aporta información relevante y de gran importancia sobre la realidad investigada, su importancia recae en evitar que surja un determinado problema o que éste se agrave, además de encontrar las deficiencias y mejorarlas, para ello es necesario contar con las técnicas e instrumentos adecuados para determinar las acciones o planes que direccionen la intervención.

Planificación de la propuesta alternativa

En este capítulo, se aborda todo lo referente al taller psicoeducativo, siendo éste la principal herramienta de construcción de la propuesta de intervención, por ello, resulta necesario sustentar información con respecto al taller psicoeducativo.

Taller psicoeducativo

Definición

Para Herrera citado en (Abarca y Galicia, 2011) el taller psicoeducativo se define como “un tipo específico de intervención psicoeducativa, el que propicia una situación de enseñanza-aprendizaje y considera la importancia de la dinámica grupal como herramienta de cambio conductual, de actitudes, habilidades, percepciones, pensamientos, creencias o interacciones” (p. 53).

Por otro lado, el taller psicoeducativo se entiende como una reunión de un número determinado de personas, el cual tiene una finalidad educativa en donde la producción de instrumentos e ideas debe ser libre tanto de los participantes como del facilitador o facilitadores. Además, la dinámica grupal es la principal estrategia para la producción de

elementos que no se pueden obtener fuera del taller psicoeducativo y también para que la interacción entre los participantes sea más cómoda y fructífera.

El taller como estrategia

El taller, tiene una metodología secuencial, en donde las actividades involucran a los participantes directamente para la consecución de objetivos. En el contexto de enseñanza-aprendizaje, cumple con un papel fundamental para el establecimiento de relaciones significativas entre el docente y el alumno; además ayuda a facilitar apropiación de conocimientos, habilidades y destrezas a partir de la realización de actividades por parte de los participantes.

El taller promueve el dialogo entre los participantes, la exposición libre de puntos de vista, la definición de propósitos comunes, los roles de cada uno de los miembros, las metas por alcanzar y los medios requeridos para lograrlo; fomenta también el despliegue de estrategias discursivas como el diálogo, la narración, la explicación y la argumentación, de acuerdo con los propósitos y acciones comunicativas a donde quiere dirigirse el taller.

Objetivos del taller

Para Maya (2007) el taller cuenta con varios objetivos o aspectos a alcanzar, entre los cuales están:

- Suscitar y proporcionar una educación integral y completar en el proceso de aprendizaje el aprender a hacer.
- Realizar tareas educativas concentradas
- Dejar atrás el concepto de educación tradicional

- Facilitar que los participantes del taller sean los creadores de su propio proceso de aprendizaje
- Superar la distancia que hay entre el estudiante y el profesional o facilitador
- Proporcionar integración interdisciplinaria
- Generar situaciones que le permitan al alumno la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas
- Plantear situaciones creativas para solucionar problemas de conocimiento, de la comunidad y de las instituciones educativas
- Posibilitar el conocimiento de la realidad por medio del enfrentamiento y solución de problemas específicos de una comunidad

Tipos de taller

De acuerdo con Egg citado en (Betancorut, Guevara, & Fuentes, 2011) existen tres tipos de taller:

1. **Taller Total:** Docentes y alumnos participan activamente en un proyecto, Este es aplicado o desarrollado en niveles universitarios, superiores y Programas completos.
2. **Taller Horizontal:** Engloba profesores y estudiantes que se encuentran en un mismo nivel u año de estudios. Este es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios.
3. **Taller Vertical:** Abarca todos los cursos sin importar el nivel o el año; estos se integran para desarrollar un trabajo o proyecto común y es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios (p.22).

Aplicación de la propuesta alternativa

En este apartado, se especifica la ejecución de propuesta alternativa, su metodología es procesual y cuenta con fases específicas que se detallan a continuación.

Inicio

En la apertura del taller es fundamental motivar a los participantes para que sean los protagonistas de las actividades a realizar, así mismo se debe explicar la temática de forma clara y concisa. El inicio de cada taller contiene la presentación del tema y el objetivo, el saludo de bienvenida y la dinámica de ambientación; estas actividades propician el buen desempeño del estudiante, de tal forma que el aprendizaje sea de carácter lúdico y sencillo.

Pre test

El pre-test es una herramienta utilizada en el campo de la investigación, éste puede ser un cuestionario, prueba, test o una serie de preguntas diseñado para investigar sobre un acontecimiento, situación o el nivel de conocimiento antes de ejecutar o aplicar algún tipo de acción.

En el desarrollo de la presente investigación, se utilizan dos tipos de pre test, en primer lugar el reactivo psicológico para medir el nivel de autoestima de los estudiantes y con esto, partir la investigación, es decir, la aplicación del pre test es el diagnóstico propiamente dicho. Por otra parte, se aplica un pre test en cuanto a la ejecución de cada taller, es un cuestionario con preguntas relacionadas a las temáticas de cada taller para posteriormente comparar la información con la segunda aplicación (post test) al final del taller, determinando si lo realizado, ha producido cambios significativos en los estudiantes.

Desarrollo

El desarrollo está formado por las actividades integradoras del taller, las cuales ofrecen al estudiantado, conceptos, habilidades y destrezas que permitirán alcanzar los objetivos propuestos con anterioridad. En esta etapa, los estudiantes deben adquirir nuevos conocimientos y relacionarlos con los propios, contribuyendo a su desarrollo cognitivo y socioemocional.

Cierre

En esta fase, se realiza una retroalimentación de todo lo trabajado en el taller, se puede utilizar distintos instrumentos como la lluvia de ideas, organizadores gráficos, cuadros comparativos, resúmenes, gráficos, collages o un listado de aportaciones. En estas actividades se demuestra la comprensión de los aprendizajes obtenidos en el transcurso del taller.

Además, es importante para el enriquecimiento y aprendizaje del facilitador, preguntar a los participantes, que grado de satisfacción ha dejado el taller, cuanto aprendieron, aportó a las dificultades que presentaban o si es aplicable o se relaciona con su práctica diaria, esto podrá realizarlo de manera oral, es decir estableciendo un espacio para el dialogo reflexivo, a través de carteles didácticos o cuestionarios individuales.

Post test

El post-test es un cuestionario, prueba o test que es aplicado después de un taller, clase, intervención o curso, su principal objetivo es establecer y dar a conocer cuáles son los cambios, logros o resultados que se lograron con la ejecución del curso o taller impartido.

En este caso, el post test es la prueba de autoestima aplicado al final de la propuesta interventiva y también, se empleará para la finalización de cada taller.

Estructura del taller

Taller N° 1

- Nombre del taller
- Objetivo
- **Inicio**
- Desarrollo de actividades
- Presentación
- Dinámica de presentación
- Aplicación de pre-test
- Actividad 1.
- Socialización
- Retroalimentación
- **Actividad N° 2**
- Desarrollo de actividades
- Dinámica de ambientación
- Actividad 2.
- **Cierre**
- **Evaluación – aplicación de post-test**
- **Resultados**
- **Conclusiones**

- **Recomendaciones**

Validación

Definición

La validación “es la acción de probar y documentar que cualquier proceso, procedimiento o método, conduce efectiva y consistentemente a los resultados esperados” (Ríos & Badilla, 2012, p. 2).

En efecto, su definición hace referencia a darle valor y fuerza a la estrategia, proporcionándole un grado de seguridad y evaluar si los resultados cumplen con los objetivos planteados antes de la ejecución de la propuesta.

Características de la validación

- Se analiza el funcionamiento a través de la aplicación.
- Se utiliza herramientas de evaluación.
- Determina el grado de conocimientos adquiridos y la aplicación de los mismos.
- Debe contrastar hipótesis anteriormente planteadas.
- Se verifica la obtención de resultados logrados y si cumple los requisitos iniciales.

Tipos de validación

Para Ríos & Badilla (2012) existen tres tipos de validación:

a. Validación prospectiva

Se lleva a cabo durante la etapa del análisis de la propuesta, al inicio, determinando si existen situaciones que conlleven a que no se consigan los objetivos propuestos.

b. Validación concurrente

Se realiza en la mitad del proceso de intervención, junto con la evaluación de rutina, identificando los principales cambios y resultados positivos logrados.

c. Validación retrospectiva

Aquí se involucra la evaluación final, los resultados del post-test, se realiza al final de la intervención y se determina los ámbitos, el campo y el tiempo en donde puede ser aplicada la propuesta de intervención. (p.9)

e. MATERIALES Y MÉTODOS

Materiales

- Material bibliográfico
- Materiales de papelería
- Impresiones y copias
- Anillados
- Materiales alternativos
- Computadora, impresora, parlantes, cámara e infocus
- Servicio de internet

Métodos, técnicas e instrumentos de investigación

Tipo de estudio

Durante esta investigación, se hizo uso de un sustento metodológico descriptivo, que busca describir una problemática con el fin de realizar una propuesta que genere resultados, a la vez que se describen las variables implicadas como son las dinámicas de grupo y la autoestima. Además, la investigación fue pre-experimental debido a que se obtuvo cambios con la aplicación de la propuesta y contó con la aplicación de pre y post test antes y después de cada uno de los talleres, lo que corroboró la efectividad de la propuesta; también fue de corte transversal porque se estudió las variables en un tiempo determinado y una población definida.

Métodos

Para el desarrollo de la presente investigación los métodos utilizados fueron:

Método investigación–acción

El método investigación – acción se empleó para conocer, describir y analizar la baja autoestima de los estudiantes de quinto y sexto año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío y posteriormente generar pensamientos reflexivos sobre las necesidades y la elaboración de la estrategia a través de los talleres psicoeducativos como principal herramienta para superar los problemas de autoestima.

Método científico.

Este método se lo empleó para establecer relaciones, explicar la problemática y los hechos relacionados con la misma, utilizado en todo el proceso porque guía y orienta la investigación.

Método deductivo-inductivo.

Otro de los métodos empleados para la elaboración, sustentación y aplicación de la propuesta fue el deductivo-inductivo, en donde lo deductivo permitió la elaboración de un sustento teórico que explica mediante conceptos elementales la problemática planteada y con la inducción se alcanzó conclusiones generales que procedieron del problema con las que se pueda contribuir a la solución de la problemática en diversos contextos.

Método analítico-sintético.

De la misma forma se hizo uso del método analítico-sintético por ser imprescindible en la investigación de carácter formal donde se analizó de forma detallada los componentes de cada variable, los conceptos y la muestra que ha sido tomada como objeto de estudio para a continuación sintetizar y explicar problemática propuesta, buscando establecer la relación entre las dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima.

Técnicas e instrumentos

Técnica

La encuesta

En la investigación se utilizó la técnica de la encuesta para la obtención de datos significativos de la problemática general de la institución educativa.

Instrumento

Se utilizó la prueba de autoestima de César Ruíz Alva como instrumento de diagnóstico para determinar el nivel de autoestima de los estudiantes de quinto y sexto año de la Escuela de educación Básica Mons. Juan María Riofrío.

Población y muestra

La población partícipe de la presente investigación, fue de 51 estudiantes, siendo 21 alumnos de quinto y 30 de sexto año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, se trabajó con toda la muestra por ser un grupo pequeño.

Procedimiento

Actividades realizadas para obtener la problemática de la institución

- Diseño de encuesta de las principales necesidades en el establecimiento educativo.
- Aplicación de encuesta dirigida a docentes y alumnos donde se evidencia la problemática.
- Planteamiento de variables de solución

Actividades del proceso de investigación

- Búsqueda de bibliografía
- Elección de la información necesaria para el estudio científico de las variables
- Redacción de las variables en concordancia con los objetivos planteados
- Revisión y mejoramiento del proyecto de investigación

Elaboración de la propuesta alternativa

- Análisis de los resultados obtenidos en el diagnóstico
- Determinación de métodos y técnicas concretas
- Planificación y diseño de talleres psicoeducativos fundamentados en los componentes de la autoestima.

Ejecución de los talleres de la propuesta alternativa

- Determinación de horario para la ejecución de los talleres
- Ejecución de las actividades de cada taller

Estrategias utilizadas en la aplicación de la propuesta

- Dinámicas grupales como herramienta fundamental en los talleres
- Trabajo en equipo
- Lectura de cuentos y exposición de videos reflexivos
- Aplicación de cuestionarios (pre y post-test)
- Diálogo reflexivo

f. RESULTADOS

Resultados de la aplicación de la prueba de autoestima de César Ruiz Alva aplicado a los estudiantes del quinto y sexto año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío.

Tabla 1

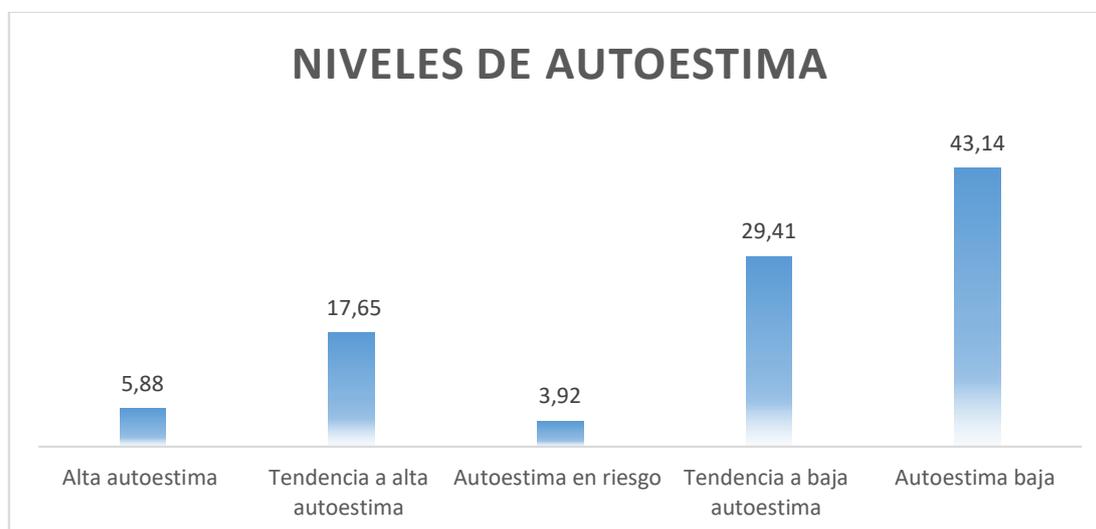
Niveles de autoestima

NIVELES	f	%
Alta autoestima	3	5,88%
Tendencia a alta autoestima	9	17,65%
Autoestima en riesgo	2	3,92%
Tendencia a baja autoestima	15	29,41%
Autoestima baja	22	43,14%
TOTAL	51	100%

Fuente: Prueba de autoestima de César Ruiz Alva aplicada a los estudiantes del quinto y sexto año de la escuela de educación Básica Mons. Juan María Riofrío

Elaborado: Mónica Yaritza Medina Barrera

Gráfico 1



Análisis e interpretación de datos

A continuación, se expone brevemente los conceptos básicos de los niveles de autoestima que mide el presente cuestionario.

Coopersmith citado en (Naranjo, 2007) hace referencia a la autoestima alta como el nivel deseable para sentir satisfacción en la vida, las personas con esta autoestima confían en sus habilidades, capacidades y se enfrentan a la vida de una manera resolutiva y triunfante. En cuanto a la tendencia a la alta autoestima, Ulloa (2003) alude que la autoestima es positiva, pero resulta difícil mantenerse en ella, también, Ulloa (2003) indica el concepto del nivel de autoestima en riesgo, las personas que se encuentran en este nivel son propensos a la influencia de los demás, le dan demasiada importancia a la opinión externa, aunque en ocasiones confían en sí mismos. De igual forma, en la tendencia a baja autoestima Ulloa (2003) menciona que las personas en este nivel dependen de la opinión del resto para construir su autoconcepto, son indecisas e inseguras, pero son socialmente aceptables. Para finalizar este apartado, se señala lo referente a autoestima baja, para Coopersmith citado en (Naranjo, 2007) las personas con este nivel de autoestima no creen en sus capacidades, son extremadamente inseguras, no valoran sus cualidades y necesitan de la aprobación y reconocimiento de los demás, tienen sentimientos de inferioridad e incapacidad personal.

Partiendo de lo anterior, se determinó que 43.14% de los estudiantes se encuentran con un nivel de autoestima bajo, muestran dificultades en la identidad personal, mencionan querer nacer de nuevo y ser diferente a lo que son ahora, así mismo, exteriorizan problemas en su autonomía, en cuanto a la toma de decisiones y la realización de nuevas actividades les resulta verdaderamente difícil, lo que se encuentra íntimamente relacionado con la motivación, mencionan sentirse desanimados para ejecutar nuevas tareas, lo que está vinculado de manera

directa con sus emociones que en su mayoría son negativas, mencionan sentirse infelices, experimentan ira y cólera consigo mismos. También señalan tener dificultades en el entorno familiar, refiriéndose a que desean irse de su casa porque nadie los entiende ni respeta.

Así mismo, el 29,41% de los investigados indican una tendencia a baja autoestima, dado que, demuestran dificultades relacionadas a aspectos familiares, mencionando que en casa se los molestan demasiado y en ocasiones han deseado irse de la misma, afectando también aspectos referentes a la identidad personal, motivación, emociones autonomía y socialización. El 17,65% de los estudiantes demuestran un nivel de tendencia a la alta autoestima, tienen una autoestima positiva, pero con cierto tipo de inestabilidad, no muestran problemas en aspectos familiares, emociones, o identidad personal, más bien, indican tener problemas mínimos en aspectos relacionados a la motivación, dado que, la realización de nuevas tareas es complicado para ellos. El 5,88% de estudiantes se ubican en un nivel de autoestima alto, manifiestan ser muy populares entre sus pares, sentirse felices y alegres.

Finalmente, en un porcentaje mínimo, se encuentran el nivel de autoestima en riesgo, son propensos a dejarse influenciar, exteriorizan las dificultades para socializar, demostrando timidez frente de sus compañeros.

Contrastando con lo anteriormente mencionado, un niño que se encuentre en el nivel de baja autoestima, muestra características diversas que afectan a varios entornos de su desarrollo, como también algunos factores que provocan que el problema se identifique. Para ilustrar esto se tiene que, los estudiantes con baja autoestima tienen dificultades en la identidad personal, no se sienten a gusto con sus cualidades y características, por ende, quieren cambiar y ser diferentes sintiendo ira y cólera consigo mismos, uno de los factores incidentes para que esto ocurra es la exigencia de sus padres en casa, provocando sentimientos de inferioridad, tristeza

e incomprensión, demostrando en el salón de clase las principales características de la baja autoestima como son, desvalorización, indecisión, extremada timidez, pesimismo, culpabilidad, insatisfacción y falta de motivación.

Resultados de la prueba de autoestima aplicada para validar los cambios de los estudiantes de quinto y sexto año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío.

Tabla 2

Niveles de autoestima

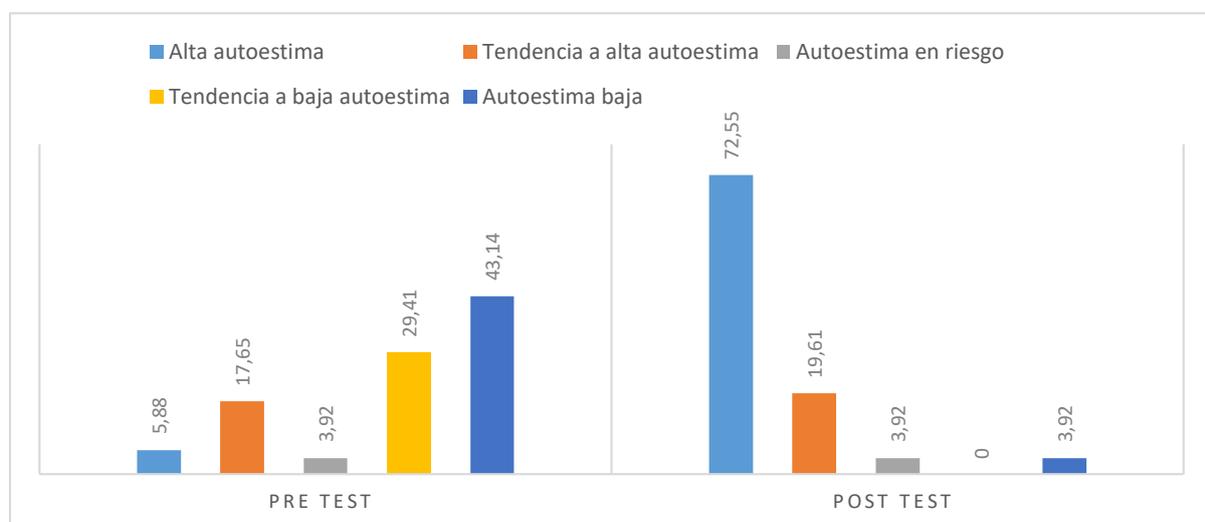
NIVELES	f	%
Alta autoestima	37	72,55%
Tendencia a alta autoestima	10	19,61%
Autoestima en riesgo	2	3,92%
Tendencia a baja autoestima	-	-
Autoestima baja	2	3,92%
TOTAL	51	100%

Fuente: Prueba de autoestima de César Ruiz Alva aplicada a los estudiantes del quinto y sexto año de la escuela de educación Básica Mons. Juan María Riofrío

Elaborado: Mónica Yaritza Medina Barrera

Gráfico 2

Niveles de autoestima



Análisis e interpretación

Coopersmith citado en (Broch, 2014) indica que la autoestima “es la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso” (p. 6).

Este concepto nos permite relacionar los datos obtenidos con la aplicación de la prueba de autoestima de César Ruíz Alva al inicio de la investigación y relacionar con los resultados de su aplicación final. En donde el 43,14% de los estudiantes investigados, es decir la mayoría, se ubicaba en un inicio en un nivel de autoestima bajo, porque exteriorizaban sus problemas en varios aspectos relevantes como son: identidad personal, autonomía, motivación, emociones y dificultades en el entorno familiar.

Al ser aplicado el mismo instrumento al final de la investigación se puede evidenciar que el nivel de autoestima mejoró en un porcentaje altamente significativo de 5,88 a 72,55% el mayor porcentaje de estudiantes se encuentra con un nivel de autoestima alto. En efecto, los estudiantes mencionan ser muy populares entre sus pares, se consideran atractivos, conocen y valoran sus habilidades, cualidades y características como también sus limitaciones, demuestran estar motivados, se expresan y actúan libremente sin miedo a ser criticados o juzgados.

g. DISCUSIÓN

Cuando se habla de baja autoestima, se refiere a uno de los problemas más comunes en el desarrollo de los niños, su importancia radica en que cada vez son más los estudiantes que sobrellevan un nivel de autoestima bajo y por falta de detección y abordaje conlleva a consecuencias gravemente perjudiciales para la salud tanto emocional como física. Por ello, Nathaniel Branden considera a la autoestima como un Sistema Inmunológico de la conciencia, pues es la que provee resistencia y las fuerzas necesarias para hacer frente a las adversidades de la vida. Frente a esta situación, nace el interés de realizar el presente trabajo de titulación, con el fin de contribuir al desarrollo de la autoestima desde una edad temprana a través de las dinámicas grupales que se las considera como técnicas motivadoras que inducen al desarrollo del niño y de su aprendizaje

El presente trabajo de titulación se llevó a cabo en la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, en el quinto y sexto año, con una muestra de 51 estudiantes, siendo 21 de quinto y 30 de sexto, en donde sus edades fluctúan entre 9 y 11 años.

Luego de la realización del diagnóstico inicial y el análisis de los resultados de la Prueba de Autoestima de César Ruíz Alva, se obtuvo que el 43% 14% de los estudiantes, presentaban un nivel de autoestima bajo, que como lo menciona Coopersmith citado en (Naranjo, 2007) la baja autoestima se define como un sentimiento de inferioridad e incapacidad personal, por lo cual, Zamora (2012) indica que los niños con baja autoestima se desaniman muy rápido, tienen pocas habilidades sociales, se sienten inferiores, se consideran poco atractivos, tienden a aislarse, no valoran sus habilidades y capacidades, etc. Por otro lado, de acuerdo con Ruíz (2003) la autoestima es el valor que el sujeto otorga a la imagen que obtiene de su mismo, es una actitud positiva o negativa hacia un objeto particular que es el sí mismo (p.1).

Tomando en cuenta lo anterior, la autoestima es una necesidad básica para el desarrollo emocional saludable, puesto que expresa una valoración acerca de los rasgos y características tanto físicas, mentales, emocionales y espirituales que forman la identidad personal, pudiendo ser esta positiva o negativa.

Por lo tanto, es fundamental que se le otorgue más relevancia al mundo emocional de los estudiantes, pues la interpretación cualitativa de los resultados del reactivo psicológico aplicado, demostraron que los estudiantes tenían dificultades en la identidad personal ya que aludían querer nacer de nuevo y ser diferente de lo que son ahora, también exteriorizaban problemas en su autonomía y motivación mencionando sentirse desanimados para ejecutar nuevas tareas y que les resultaba sumamente difícil, así mismo sus emociones estaban directamente implicadas, refiriéndose a que experimentaban de forma frecuente ira y cólera consigo mismos, todo ello, de la prueba de autoestima de César Ruíz, aplicada como pre-test.

Con estas apreciaciones cabe mencionar que, en la actualidad, los gestores y directivos de la educación y formación de educación de los estudiantes de la institución educativa, realizan poco o no realizan actividades y programas dirigidas al desarrollo, potenciación o fomento de la autoestima con el fin de prevenir consecuencias negativas en los estudiantes. Es por este motivo, y en base a los resultados obtenidos en el pre-test que surge la necesidad de planificar metodológicamente talleres psicoeducativos fundamentados en dinámicas grupales, como la principal estrategia didáctica para lograr el desarrollo saludable e integral de la autoestima. Al respecto, Briseño y Torrejón (2010) refieren que las dinámicas grupales proporcionan interdependencia positiva, seguridad en sí mismos, autocontrol, a tomar conciencia del otro, se desarrolla un clima de confianza y respeto entre todos los miembros del grupo, se aprende a colaborar, a ser más solidarios y menos egocentristas.

En la propuesta de intervención, se diseñó cinco talleres psicoeducativos, los cuales constaban de dos actividades cada uno, en donde se tiene lo siguiente: en el Taller 1 – Autoconcepto (actividad 1, ¿Quién soy yo? – actividad 2, Juego de las estrellas). Taller 2 – Autoconocimiento (actividad 1, El árbol de mi estima – actividad 2, Pensamientos positivos). Taller 3 – Autoimagen (actividad 1, Me gusta ser como soy – actividad 2, Elogios escritos). Taller 4 – Autoconfianza (actividad 1, el entierro del no puedo – actividad 2, yo en un futuro). Taller 5 – Autoaceptación (actividad 1, un mundo diverso – actividad 2, Acéptate tal y como eres). Cada uno de los talleres y actividades planificadas y ejecutadas fueron diseñados en base a los componentes primordiales de la autoestima, de la misma manera se abordó dinámicas grupales acorde a la edad e interés de los estudiantes, además de las diversas actividades y juegos realizados. En cuanto a la estructura de los talleres, contaron de título, objetivo, tema, duración, recursos (humanos y materiales), metodología, presentación, dinámica, aplicación de pre-test, desarrollo de la actividad Nro. 1, lectura de cuentos, socialización, retroalimentación, actividad Nro. 2, tema, duración, recursos (humanos y materiales), metodología, dinámica, desarrollo de la actividad Nro. 2, video de reflexión, cierre, evaluación, resultados, conclusiones, recomendaciones y bibliografía. Con todo lo abordado, se logró el fomento de actitudes y pensamientos positivos de valía y amor propio, erradicando las ideas irracionales que tenían los estudiantes sobre si mismos. Además, para abordar los talleres psicoeducativos fue fundamental la revisión literaria, pues permitió tener las bases teóricas para adoptar las dinámicas grupales adecuadas para el desarrollo de la autoestima, al respecto Campos (2018) dice que las dinámicas dirigidas a desarrollar la autoestima, ofrecen información de nosotros mismos percibida por diversas personas, nos ayudan a dar una visión optimista sobre nosotros mismos, ayudando así al respeto, confianza y valoración propia.

A continuación, después de haber diseñado y planificado la propuesta de intervención, se procedió a la aplicación de las dinámicas grupales inmersas en cada taller, con el propósito de desarrollar de manera saludable la autoestima en los 51 estudiantes investigados. La propuesta alternativa se ejecutó desde el mes de noviembre de 2018 a enero de 2019, con una duración de 80 minutos cada actividad, trabajadas una vez a la semana en cada año (martes en quinto, miércoles en sexto). Con la participación y colaboración de cada uno de los estudiantes, los resultados de las actividades realizadas fueron sumamente satisfactorios.

En cuanto a los resultados de la ejecución de los talleres psicoeducativos, a través de la aplicación de un cuestionario antes y después de cada taller (pre y post test) se demuestra que, en el Taller 1 – Autoconcepto, el 80.39% de estudiantes no podían dar una definición de sí mismos, mientras que la segunda aplicación del cuestionario el 97,07% de estudiantes lo puede hacer. En el Taller 2 – Autoconocimiento, los resultados del pre test indican que el 56,86% no pueden diferenciarse del resto y en el post test el 100% de los estudiantes puede diferenciarse, es decir se reconoce como una persona única. El Taller 3 – Autoimagen, la aplicación del instrumento en primera instancia indica que el 74,50% no pueden describirse y el post test demuestra que el 98,03% de estudiantes pueden describirse como son. En el Taller 4 – Autoconfianza, el pre test indica que el 90,19% de estudiantes no confían en sí mismos, mientras que en el pos test el 100% de estudiantes mencionan confiar en sus habilidades y capacidades y en el Taller 5 – Autoaceptación, en el pre test los resultados indican que el 76,47% de estudiantes no se aceptan y después de la ejecución del taller, en la segunda aplicación del cuestionario, mencionan aceptarse tal y como son. Es importante que el estudiante primero conozca sus características, cualidades, virtudes, competencias capacidades, defectos y limitaciones comprendiéndose, para posteriormente saber qué aspectos puede mejorar aceptando todo este conjunto de rasgos que compone su identidad personal y

desarrollarse plenamente. Contrastando con Zamora (2012) la autoestima es una necesidad de vital importancia para el ser humano, cumple un rol protector de salud mental, es básica y contribuye al proceso de la vida; es indispensable para el desarrollo moral, tiene valor de supervivencia y su ausencia afecta al correcto funcionamiento del ser humano.

La puesta en práctica de las dinámicas grupales, pone en evidencia su efectividad y contribución significativa a cada uno de los estudiantes, ya que ahora pueden definirse de una manera adecuada, conocen sus competencias y debilidades, expresan de manera correcta sus características físicas asignándole una valoración positiva, confían en sus habilidades y destrezas, y exteriorizan la aceptación y respeto que tienen consigo mismos.

Luego de la ejecución de la propuesta alternativa y la segunda aplicación del reactivo psicológico (post test) los resultados demuestran que la autoestima de los estudiantes mejoró en un porcentaje altamente significativo, es decir en un inicio el porcentaje de estudiantes que se encontraban con un nivel de autoestima alta era el 5,88% con la aplicación de los talleres psicoeducativos, ahora en un porcentaje mayoritario se ubica en el nivel de alta autoestima con 72,55%. Las dinámicas de grupo han favorecido al desarrollo integral y saludable de la autoestima, dado que los estudiantes mencionan ser muy populares, se consideran atractivos, conocen y valoran sus habilidades, cualidades y características como también sus limitaciones, demuestran estar motivados y actúan libremente sin miedo a ser juzgados.

Finalmente, corroborando con Banz (2008) alude que las dinámicas grupales se consideran como una experiencia en donde el aprendizaje es integral, ya que incluyen diversos aprendizajes que propician la transferencia de los mismo en la práctica cotidiana, también favorecen la introspección y reflexión en cada estudiante (p.1). Con lo mencionado anteriormente y con los resultados expuestos se evidencia la efectividad y significatividad de

las dinámicas grupales utilizadas como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima, ya que estas fueron innovadoras y factibles a la edad de los estudiantes, han tenido un gran impacto y son idóneas para abordarlas en el ámbito educativo, pues ayudó a que los estudiantes se sintieran valiosos, únicos, confiados, a expresar libremente sentimientos y emociones, a ser empáticos y principalmente tener desarrollar amor propio, además de mejorar el clima áulico en el salón de clases.

h. CONCLUSIONES

- La fundamentación teórica de las variables autoestima y dinámicas grupales, permitió incrementar y fortalecer los conocimientos científicos necesarios para la elaboración de la propuesta alternativa.
- El diagnóstico permitió conocer que la mayoría de los estudiantes investigados manifiestan un nivel de autoestima bajo, exteriorizados en las problemáticas de identidad personal, autonomía, motivación y entorno familiar.
- El diseño de la propuesta alternativa tuvo un procedimiento organizado y secuencial de talleres psicoeducativos en donde se aplicó las dinámicas grupales como metodología integradora las cuales permitieron la promoción de actitudes y pensamientos de valía y amor propio que favoreció el desarrollo saludable de la autoestima.
- Con la aplicación de las dinámicas grupales utilizadas como estrategia didáctica, se evidenció que la autoestima de los estudiantes de quinto y sexto año se elevó permitiendo un desarrollo integral positivo.
- Con los datos comparativos obtenidos en la aplicación del reactivo psicológico aplicado al inicio y al final de la propuesta alternativa, se evidencia que la autoestima de los estudiantes mejoró significativamente, lo que se corrobora con el análisis de la información obtenida en la aplicación de pre y post test aplicados en cada uno de los talleres.

i. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a los docentes de la institución participar en capacitaciones sobre dinámicas grupales o métodos lúdicos con el fin de que contribuyan a mejorar la autoestima de los estudiantes y logren el desarrollo integral y saludable.
- Recomendar a los maestros que realicen diagnósticos permanentes sobre el nivel de autoestima en sus estudiantes, con el propósito de prevenir efectos negativos a largo plazo e intervenir en las áreas y dificultades en que los estudiantes requieran.
- Es necesario que el personal administrativo y la planta docente de la institución aplique los talleres psicoeducativos de autoestima dentro del establecimiento dirigido a todos los estudiantes, basadas en las técnicas de dinámicas de grupo para potenciar el desarrollo emocional, social, personal y académico del estudiantado.
- Se recomienda a los directivos de la institución que se utilice la aplicación de pre y post test en cada taller, ya que permite evaluar los cambios y avances en los estudiantes y la validación de los talleres.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y
LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y
ORIENTACIÓN

PROPUESTA ALTERNATIVA

DINÁMICAS GRUPALES PARA EL DESARROLLO DE LA
AUTOESTIMA

**¡VÚ ERES
ÚNICO!**

*"Confía en ti mismo, vales
más de lo que crees que
vales"*

Autora: Mónica Yaritza Medina Barrera

LOJA – ECUADOR

2018 – 2019

TÍTULO

“TÚ ERES ÚNICO”

PRESENTACIÓN

La presente propuesta psicoeducativa centra su importancia en las dinámicas grupales para el desarrollo saludable de la autoestima, enfocándose principalmente en el bajo nivel de autoestima que poseen los estudiantes y los problemas que surgen de ésta, mismos que invaden su entorno familiar y escolar.

Como sabemos, la autoestima es un pilar fundamental para el desarrollo integral del ser humano puesto que, es clave para las relaciones sociales, el éxito escolar y/o laboral, además de ser primordial para salud tanto mental, emocional como social, como lo señaló el gran filósofo griego, Aristóteles, *la felicidad es estar satisfecho con uno mismo*, pues, estar satisfecho con uno mismo significa tener una autoestima sana.

En base a lo anterior, se plantea las dinámicas grupales para desarrollar la autoestima, puesto que las dinámicas favorecen el aprendizaje colaborativo, significativo y vivencial, además de tener la capacidad para desarrollar la autoestima a través de la creación de vínculos de confianza, convivencia con el grupo, potenciando el trabajo en equipo, expresado emociones, sentimientos e ideas; así mismo de que los miembros del grupo sean capaces de reconocer sus propias capacidades y limitaciones y también las del resto del grupo.

Por esto, se plantea la siguiente propuesta de intervención la cual tiene como medio fundamental los talleres psicoeducativos, titulada ¡Tú eres único!, por su parte, los

destinatarios son los estudiantes del quinto y sexto Año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío.

OBJETIVOS

General

- ✓ Contribuir al desarrollo de la autoestima a través de la aplicación de las dinámicas grupales en los estudiantes del quinto y sexto Año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío.

Específicos

- ✓ Aplicar las dinámicas de grupo como medio fundamental para desarrollar el autoconocimiento y la autoestima de los estudiantes.
- ✓ Promover el empleo de las dinámicas grupales como estrategia didáctica destinadas al fomento de la autoestima.
- ✓ Desarrollar la autoestima en los estudiantes para favorecer el desarrollo integral.
- ✓ Evaluar la aplicación de la propuesta

Metodología

Para la elaboración de la propuesta, se parte de las dinámicas grupales como estrategia esencial para fomentar el desarrollo sano de la autoestima, pues estas ayudan a crear vínculos de confianza, a llevar una convivencia armoniosa además de permitir que los participantes expresen sentimientos, emociones e ideas.

En este sentido, se plantean cinco talleres psicoeducativos, los cuales se encuentran distribuidos de la siguiente manera: el primer taller titulado Autoconcepto, que centra du

atención en que los estudiantes puedan dar una opción acerca de sí mismos, en el segundo taller, llamado Autoconocimiento, se trabajará en la identificación de habilidades y destrezas de los estudiantes, en el tercer taller llamado Autoimagen se realizarán actividades fundamentadas en los elementos visuales y no visuales que conforman la imagen que los estudiantes tienen de sí mismos, en el cuarto taller se abordará actividades relacionadas a la seguridad de sí mismo titulado Autoconfianza, y para concluir, el quinto taller llamado Autoaceptación, se trabajará ejercicios prácticos para la aprobación propia y de cómo tener una actitud positiva hacia sí mismo.

DESARROLLO DE LOS TALLERES

TALLER N° 1

AUTOCONCEPTO



Objetivo: Ayudar a los estudiantes a que aprendan a quererse y valorarse, dando una opinión positiva de sí mismos.

Tema: ¿Quién soy yo?

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** copias, esferos, lápices, pinturas de colores, cartulinas

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva y participativa.

INICIO

ACTIVIDAD NRO. 1

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Presentación

Saludo de bienvenida por parte de la facilitadora, presentación de la temática y las actividades a realizar.

Dinámica de presentación

“Partes de la Vaca”

1. Los estudiantes formarán un círculo y a partir de la derecha empezarán a decir su nombre poniéndole cualquier parte a la vaca. Ejemplo: mi nombre es Miguel y le pongo los cachos a la vaca.
2. Conforme vayan pasando los estudiantes, cada uno deberá recordar los nombres y las partes de los que ya pasaron. Ejemplo:
3. Él es Miguel y le puso los cachos a la vaca, él es Jefferson y le puso las patas a la vaca, yo soy Lisbeth y le pongo la cola a la vaca. Así sucesivamente irán pasando todos los estudiantes hasta que el último diga el nombre de todos y las partes que le pusieron a la vaca, respectivamente.

Aplicación de pre-test

Se proveerá a los estudiantes un cuestionario referente a la temática a tratar. (Anexo 1.)

Actividad - ¿Quién soy yo?

1. A cada estudiante se le facilita una hoja (Anexo 2.) en donde habrá un cuadro para que ellos se dibujen tal y como se ven y se perciben.
2. Acabo el dibujo, procederán describir lo realizado, mencionando lo que están haciendo y como se sienten.
3. Después de esto, los estudiantes expondrán y argumentarán sus trabajos, compartiéndolo con el resto.

Lectura de cuento

La facilitadora leerá a los estudiantes un cuento, posteriormente se divide al grupo en dos para que anoten las ideas principales, enseñanza y el valor principal del cuento. (Anexo N° 3)

Socialización

Un representante de cada subgrupo, pasará a socializar lo trabajado con sus compañeros.

Retroalimentación

Con ayuda de la técnica lluvia de ideas, realizada por la facilitadora, se recalcará los aspectos más importantes de lo realizado.

ACTIVIDAD NRO. 2

Tema: Juego de las estrellas

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** cinta, collage, pelota pequeña, estrella de papel, esferos, lápices, pinturas de colores, proyector, parlantes, computador, marcador de pizarra, cartel, copias.

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva y participativa.

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Para el inicio de la siguiente actividad, se presentará un collage acerca de las habilidades y destrezas que tienen los niños a la edad en la que se encuentran respectivamente.

Dinámica de ambientación

“La pelotita preguntona”

1. Los estudiantes de pie, formarán un círculo mientras un voluntario, sale, se coloca de espaldas a sus compañeros y se entrega la pelotita a uno de ellos.
2. Después, el estudiante que está aparte cantará tingo, tingo, tingo, tango, mientras la pelota rueda de mano en mano de sus compañeros.
3. Cuando el estudiante que está cantando mencione la palabra TANGO, la persona que tiene la pelotita en mano debe presentar a su compañero/a de la derecha, mencionando su nombre, una habilidad y/o cualidad que él/ella tenga. Ejemplo:

Ella se llama Daniela, es estudiosa y sabe bailar.

Actividad - Juego de las estrellas

1. Se entrega una estrella a cada estudiante la que pintará de su color favorito
2. Deben llenar la estrella con su nombre y tres habilidades que ellos tengan.
3. Posteriormente los estudiantes colocarán las estrellas en una bolsa, se mezclan todas y después cada estudiante nuevamente toma una estrella de la bolsita, sin decir el nombre que está escrito en ella.

4. Finalmente los estudiantes con la estrellita en mano, formarán un círculo en donde cada alumno, empezando por la derecha, mencionará las tres habilidades escritas en la estrella, mientras el resto de compañeros tratan de adivinar a quien pertenece la estrella; cuando el nombre haya sido adivinado se entregará la estrella a su respectivo dueño. (Anexo N° 4)

Video de reflexión

1. Se presentará un video referente a la importancia de poder definirse de una forma positiva y de concienciar acerca del saber que cada persona es única, importante e irrepetible.
2. Posteriormente se pedirá opiniones o comentarios a los participantes, tratando de conocer la huella que dejó el mismo en ellos.

CIERRE

La investigadora realizara un mapa mental en la pizarra con la participación de los estudiantes a modo de reforzar lo trabajado en el taller, extrayendo los puntos más relevantes del mismo.

Finalmente agradecerá por la participación y colaboración de cada uno de los estudiantes, invitando al próximo encuentro.

Evaluación

Aplicación de post test

Se entregará a los estudiantes una copia con el mismo cuestionario que se aplicó al inicio del taller.

RESULTADOS

- Los estudiantes se autodefinen en un dibujo
- Conocen sus habilidades y conocen las de sus compañeros
- Conocen su valía y saben que son únicos

CONCLUSIONES

- Las estrategias metodológicas que involucran el dibujo y la pintura son verdaderamente enriquecedoras para los estudiantes, se definen emitiendo un juicio de valor y lo hacen con mayor seguridad.
- Los estudiantes tienen un sentido de pertenencia al grupo en cuanto al reconocimiento de habilidades y destrezas de cada estudiante.

RECOMENDACIONES

- Es recomendable que se incluyan más estrategias que incluyan el dibujo y la pintura y actividades relacionadas al desarrollo de la inteligencia emocional.
- Es importante seguir estimulando las habilidades y destrezas en el grupo de estudiantes para fomentar el sentido de pertenencia.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, G. (14 de Julio de 2016). *Cuentos cortos* . Obtenido de Cuentos cortos : <http://www.cuentoscortos.com/cuentos-originales/un-flamenco-diferente>

- Palacios, E. G. (2009). El autoconcepto personal, estructura interna, medida y variabilidad . *Departamento de psicología evolutiva y de la educación* , 51 .
- <https://www.youtube.com/watch?v=JzI6ttYersA>

Anexo 1.



CUESTIONARIO

Nombre:

¿Cómo te defines tú?

.....
.....
.....
.....

¿Es importante la opinión que tienen las demás personas de ti?

.....
.....
.....
.....

¿Qué habilidades tienes?

.....
.....
.....

¿Conoces habilidades o virtudes de tus compañeros?

.....
.....
.....
.....

¡Gracias por su colaboración!

Anexo 2.

¿Quién soy yo?



Por:.....

A large, empty rounded rectangular box with a light blue border, intended for a drawing or a written response.A series of ten horizontal black lines, intended for writing a name or additional information.

Anexo 3.



“Un flamenco diferente”

Un día soleado de primavera nació una bebé flamenco llamada Adamina. Vestía un plumaje blanco que adornaba sus largas patitas rosadas.

Los padres de Adamina la adoraban por lo peculiar que era y su madre continuamente la cobijaba entre sus plumas para brindarle calor y cariño. Ella era un polluelo feliz que disfrutaba jugando con los otros polluelos del lugar.

Jugaban a esconderse, a nadar y hasta hacían carreras a ver quién era capaz de correr más rápido con esas largas patas que la naturaleza les había dado.

Todos en el flamboyán (la bandada de aves flamenco) querían mucho a Adamina.

Pasaron tres años y Adamina se convirtió en toda una señorita. Sus patas rosadas se habían alargado aún más y poseía un plumaje abundante que peinaba con esmero.

Pero había algo que empezó a llamar mucho su atención. Todos sus amigos comenzaron a cambiar de color. Algunos tenían plumas rosadas, otros rojas, mientras que ella continuaba tan blanca como la nieve.

Preocupada, un día Adamina le dijo a su madre:

- Mami, ¿por qué soy diferente? ¿Por qué mis plumas no cambian de color? Yo solo quiero ser igual que todos...

- Oh hija mía, cuando eras niña tus plumas eran tan blancas y hermosas como lo son ahora y nunca te había preocupado. No importa que seas diferente ahora, lo importante es cómo te sientas en tu interior y como hagas sentir a los que te rodean - le contestó su madre mientras la abrazaba.

Adamina decidió seguir el consejo de su madre y se preocupó por aceptarse tal y como era. Fue cuando entonces volvió a ser tan feliz como cuando era pequeña.

Aun cuando algunos flamencos la rechazaban por ser diferente, ella no permitió que le afectara y solo se rodeó de esos amigos que siempre la aceptaron como ella era, tan blanca y hermosa como la nieve.

Mucho tiempo después un flamenco sabio de 20 unos años vió a Adamina bailando con sus amigos y decidió acercarse a ella para contarle algo:

- Adamina, el secreto de tus plumas se encuentra en tu comida. Si algún día quieres ser tan rosa o roja como el atardecer comienza a comer lo que tus amigos digieren.

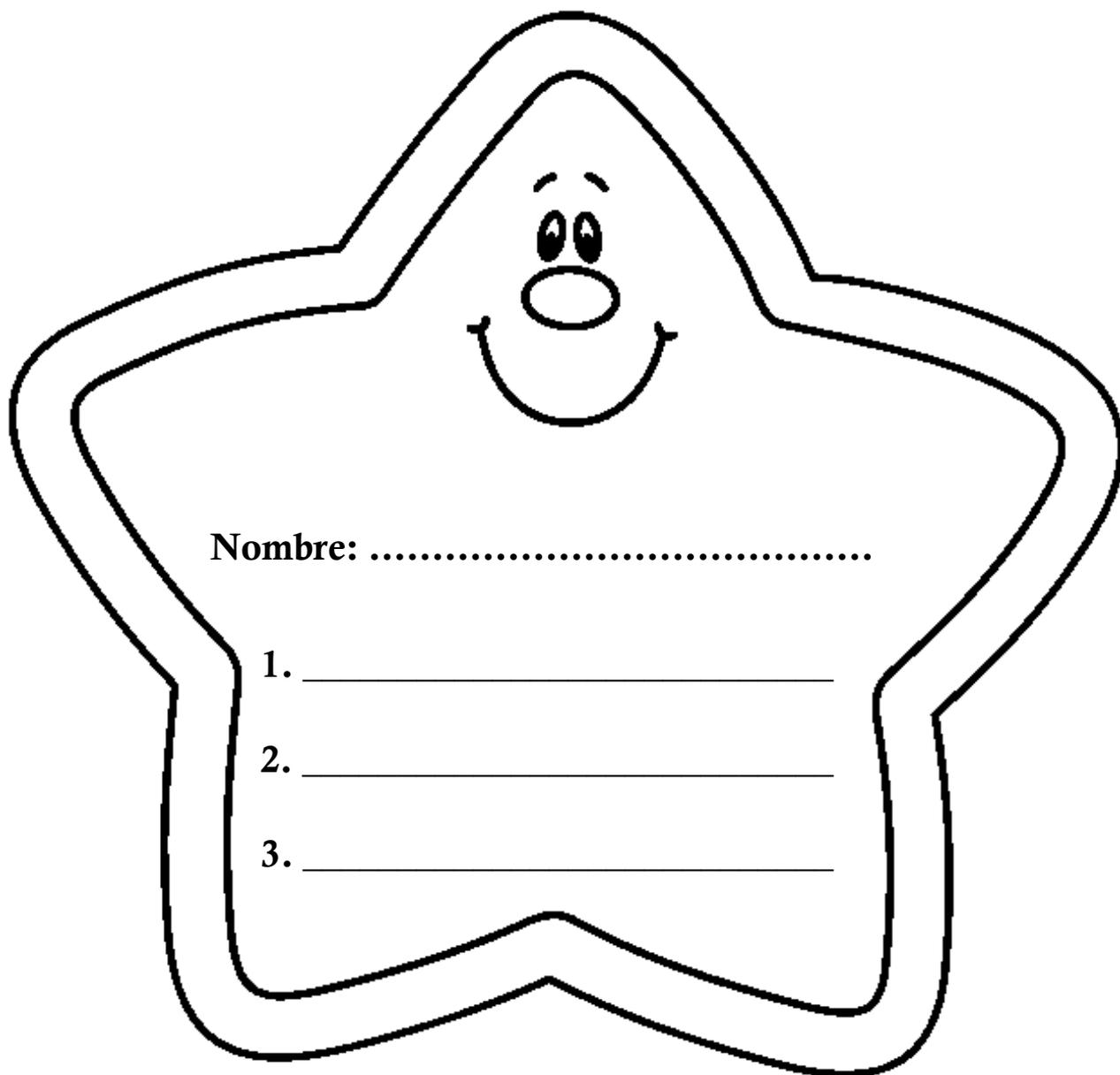
Adamina analizó confundida las palabras del sabio flamenco y lo comprendió todo. ¡Era la comida que todos los flamencos comían la que hacía que les salieran esas plumas de colores! Esa misma comida que ella desde pequeña no comía porque no le gustaba.

Sabiendo por fin cual era la clave para ser igual que todos los demás, se quedó toda una tarde observando los rosados camarones que ella tanto odiaba pensando en si debía probarlos o no.

Ese día al atardecer se vio un flamboyán de flamencos que se encontraban bailando en el lago y entre tantas plumas rosadas y rojas había un ave feliz con un plumaje blanco, tan

blanco y hermoso como la nieve. Efectivamente, era Adamina, que había decidido dejar los camarones en un plato y continuar siendo diferente.

Anexo 4.



TALLER N° 2

AUTOCONOCIMIENTO



Objetivo: Identificar virtudes en cada estudiante para promover el respeto hacia sí mismo y hacia los demás.

Tema: El árbol de mi estima

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** bufandas, copias, lápices, esferos, marcadores de pizarra,

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

INICIO

ACTIVIDAD NRO. 1

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Presentación

La facilitadora da apertura al taller con un saludo de bienvenida, indicando la temática y las actividades a trabajar.

Dinámica de ambientación

“El gato y el ratón”

1. Los estudiantes y la investigadora estarán de pie formando un círculo, se contarán con dos bufandas largas las cuales actuarán de gato y de ratón
2. Se pasará la primera bufanda que será el ratón, la que los estudiantes deberán amarrar en su cuello realizando dos nudos, desatándolo y pasándole a su compañero de lado.
3. Mientras que la otra bufanda, que actuará de gato, estará separada por un promedio de 7 a 10 personas más atrás, en esta bufanda los participantes solo deberán realizar un nudo en el cuello desatarlo y pasarle a su compañero de al lado.
4. Esto deberán realizarlo lo más rápido posible tratando de no quedarse con las dos bufandas, es decir que el gato haya alcanzado al ratón.
5. El alumno que quede con las dos bufandas en el cuello tendrá una pequeña penitencia.

Aplicación de pre-test

Documento con preguntas relacionadas a la temática (Anexo N° 5)

Actividad - El árbol de mi estima

1. Se les proveerá a los estudiantes, una hoja que contendrá el dibujo de un árbol. (Anexo N° 6)
2. Se explica que deben escribir, en la parte de las raíces sus cualidades, virtudes o valores positivos que tengan, en las ramas las acciones que llevan a cabo relacionadas a las cualidades y valores, en las hojas o copa escribirán los logros que quieren conseguir o el resultado positivo que pueden obtener.

3. Para finalizar, se abre un espacio de reflexión, con las siguientes preguntas ¿resulta difícil detectar las virtudes? ¿Qué fue lo más difícil de detectar, las raíces o las ramas? ¿Son satisfactorios los frutos logrados o que queremos lograr? Etc.

Reflexión de grupo

Se forma cuatro grupos de trabajo y cada grupo enlistará los valores que ellos creen que son más importantes y que se deben practicar todos los días.

Socialización

Se elige a dos representantes por grupo para que pasen a anotar en la pizarra los valores más importantes, además se dialoga y reflexiona acerca de la importancia de los valores en casa y en la escuela.

Retroalimentación

En la pizarra, la facilitadora con la opinión de los estudiantes, recopilará los datos más importantes de las actividades realizadas, reforzando los conocimientos adquiridos.

ACTIVIDAD NRO. 2

Tema: Pensamiento positivo

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes

- **Materiales:** cinta, tarjetas, copias, esferos, lápices, cartel, pegatinas, goma, imágenes.

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Dinámica de ambientación

“Mar adentro, Mar afuera”

1. El grupo de participantes estará dividido en dos y colocará una cinta en el piso, partiendo el salón en dos secciones.
2. La facilitadora estará en un extremo de la cinta y los participantes se colocarán, el grupo 1 al lado derecho y el grupo 2 al lado izquierdo.
3. Cuando la facilitadora diga ‘mar adentro’ los dos grupos darán un salto hacia dentro, cuando diga ‘mar afuera’ retrocederán un paso. Explicado esto, se dirá rápidamente ‘mar adentro y mar afuera’ para que los participantes se equivoquen.
4. Después, cada estudiante que pierda deberá ir saliendo del grupo hasta que solo quede un grupo ganador. El grupo ganador recibirá un incentivo (chocolate).

Actividad – Pensamiento positivo

1. Se pondrá en el escritorio pares de tarjetas que tendrán, cada par el mismo dibujo, el número de tarjetas será igual al número de participantes.
2. Cada estudiante podrá elegir una tarjeta que le guste

3. Se solicitará a los estudiantes que busquen al compañero que tiene la otra tarjeta idéntica, aquí se incentivará a que conversen acerca de sus gustos, su estado de ánimo y que es lo que los hace ser felices.

4. Tras el dibujo, cada estudiante dedicará a su compañero un pensamiento positivo, una frase bonita, un halago, etc.

5. Finalmente, cada pareja pasará a presentar los gustos de su respectivo compañero y le entregará la tarjeta correspondiente.

Actividad de habilidades lingüísticas – sopa de letras

La facilitadora proveerá a cada estudiante una copia que contendrá una sopa de letras en donde, los alumnos deben encontrar un listado de palabras relacionadas al tema anteriormente visto. (Anexo N° 7)

CIERRE

Con la ayuda de la técnica lluvia de ideas realizada en la pizarra y la participación de los estudiantes, se resumirá los aspectos más relevantes de todo el taller para reforzar y potenciar lo aprendido.

Evaluación

Aplicación de post test

Se entregará a los estudiantes una copia con el mismo cuestionario que se aplicó al inicio del taller.

RESULTADOS

- Los estudiantes identificaron sus virtudes
- A través la estrategia árbol de mi estima los estudiantes lograron fijar metas, objetivos, propósitos y deseos personales para su futuro.
- Se logró realizar un diálogo positivo y enriquecedor entre compañeros a través de la técnica pensamientos positivos.

CONCLUSIONES

- Las dinámicas grupales permitieron que los estudiantes identifiquen sus virtudes.
- La estrategia de árbol de mi estima es muy positiva para desarrollar el autoconocimiento.
- El diálogo es un espacio importante para conocer las diferentes opiniones y puntos de vista de los estudiantes para descubrir los valores y las relaciones interpersonales que aportan a la mejora del clima áulico.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda utilizar dinámicas o juegos complementarios que fomenten la introspección en cuanto al reconocimiento de valores y virtudes.
- Es necesario continuar utilizando herramientas que involucren un procedimiento reflexivo referente al conocimiento propio, pues es clave para conseguir un adecuado desarrollo personal.
- En el salón de clases, se debe realizar más actividades relacionadas al diálogo reflexivo que involucren la expresión de emociones y la interacción afectiva entre compañeros, acentuando la importancia del respeto ante criterios y opiniones.

BIBLIOGRAFÍA

- Navarro, M. S. (2009). Autoconocimiento y autoestima . *Revista digital para profesionales de la enseñanza* , 3.

Anexo 5.

CUESTIONARIO



Nombre:

¿Sabes lo que es el autoconocimiento?

- Si
- No

¿Conoces cuáles son tus cualidades y tus defectos?

.....
.....
.....
.....

¿Cómo te diferencias del resto?

.....
.....
.....
.....

¿Conoces cuáles son tus emociones?

.....
.....
.....
.....

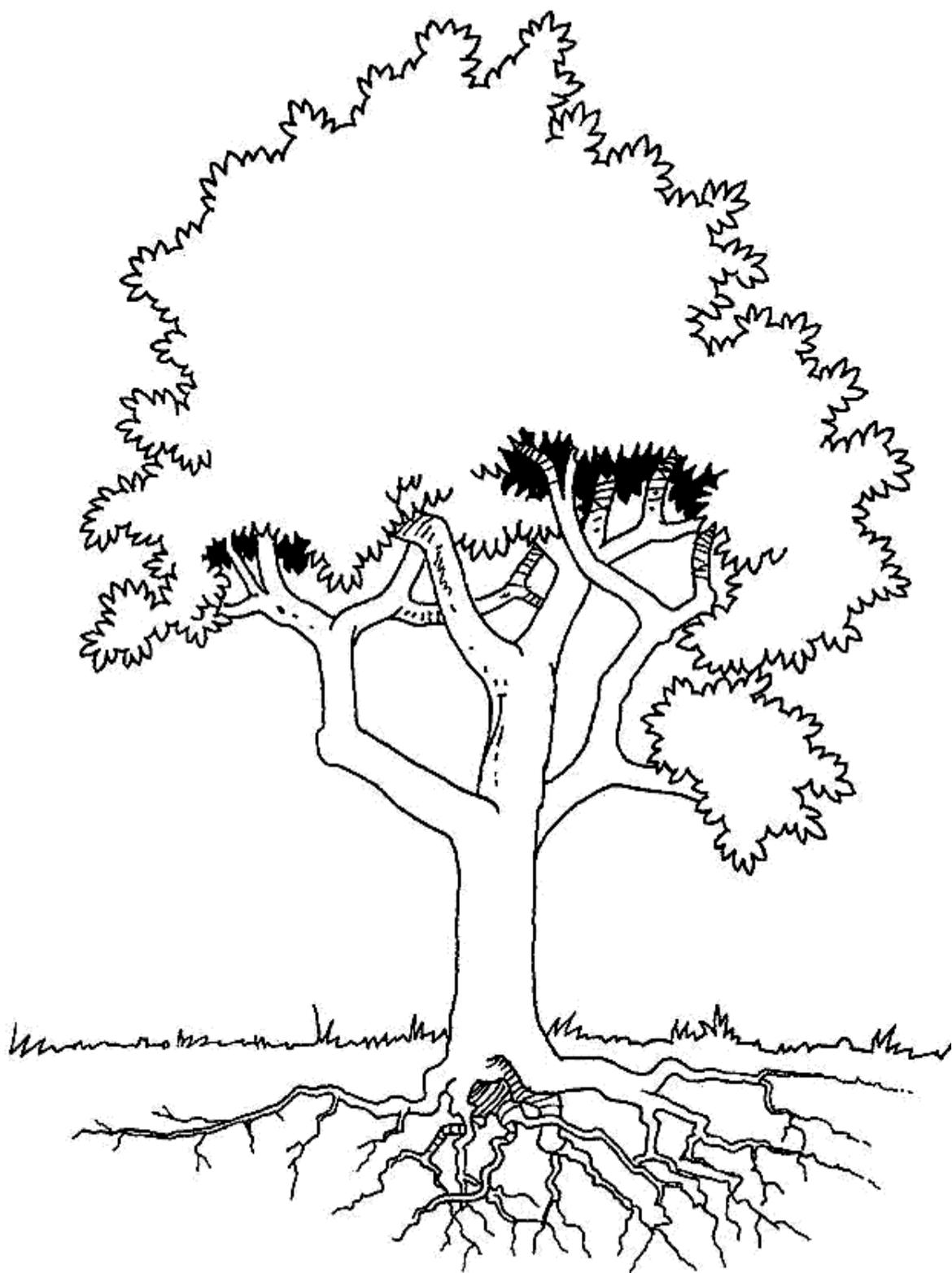
¡Gracias por su colaboración!

EL ÁRBOL DE MI ESTIMIA

Logros

Acciones

Virtudes



Anexo 7.

SOPA DE LETRAS

A	F	T	Y	U	O	K	I	L	O	D	F	R	E	V	B	M	N	F
R	T	S	T	G	H	J	U	D	E	F	E	C	T	O	S	K	L	G
O	C	H	G	R	T	A	Z	X	H	Y	U	J	K	N	K	R	L	V
E	Z	A	S	D	F	G	C	V	F	E	L	I	C	I	D	A	D	S
L	R	B	R	X	C	F	D	P	S	L	J	L	D	A	T	H	E	D
O	E	I	A	A	P	R	E	C	I	O	M	Y	S	J	R	R	S	B
G	S	L	B	R	C	U	Y	G	A	G	L	T	E	N	O	L	T	N
I	P	I	J	S	E	T	I	A	X	R	L	Z	D	L	D	P	R	M
O	E	D	U	U	Q	B	E	L	B	O	A	C	A	T	F	Ñ	E	K
S	T	A	L	V	L	H	L	R	Q	S	S	V	D	E	G	I	Z	L
L	O	D	R	U	L	S	F	D	I	E	F	K	I	O	C	U	A	O
Ñ	D	E	M	I	E	D	O	S	O	S	Q	I	L	J	V	Y	S	Y
K	F	S	R	P	M	A	N	O	P	R	T	Q	A	K	H	H	M	U
Y	R	Z	X	L	U	C	I	N	L	T	A	I	U	R	Y	T	H	A
T	E	T	R	H	C	I	L	M	K	B	E	R	C	F	W	U	K	Z
E	A	M	O	R	P	R	O	P	I	O	U	E	G	A	A	J	L	C
Q	F	S	D	G	V	B	F	D	S	E	R	D	E	C	S	H	H	V

PALABRAS:

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1. Habilidades | 7. Amor propio |
| 2. Elogios | 8. Aprecio |
| 3. Valores | 9. Logros |
| 4. Miedos | 10. Felicidad |
| 5. Destrezas | 11. Cualidades |
| 6. Características | 12. Defectos |

TALLER N° 3

AUTOIMAGEN



Objetivo: Reforzar las características físicas y las cualidades de cada estudiante para mejorar la valoración en relación con uno mismo.

Tema: Me gusta ser como soy

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** copias, esferos, lápices, hojas, pinturas de colores, lana, cartulinas

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

INICIO

ACTIVIDAD NRO. 1

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Presentación

La facilitadora ofrece un saludo de bienvenida, dará a conocer el tema del taller y las actividades próximas a realizar.

Dinámica de ambientación

“El gato”

1. Se elige a un estudiante, el cual hará el papel de gato mientras el resto deben estar desplazados libremente por el espacio, el número de alumnos debe ser impar.
2. Mientras los estudiantes están caminando sin dirección alguna, la coordinadora de la actividad dice en voz alta ¡Ahí viene el gato!
3. En cuanto escuchen esa frase, los estudiantes deben rápidamente buscar una pareja, al participante que queda solo se convertirá en ratón el cual será perseguido por el gato.
4. Cuando ya haya atrapado al ratón, este se convertirá en el nuevo gato para la siguiente ronda.
5. La dinámica se realizará en un promedio de 5 a 7 veces.

Aplicación del pre test

Se entrega una copia a cada estudiante que contendrá preguntas relacionadas a la temática a tratar (Anexo 8.)

Actividad - Me gusta ser como soy

Para esta actividad, la coordinadora, llevará un cartel grande en donde los niños ayudarán a dibujarla para que entiendan en que consiste la dinámica y puedan realizarla de la mejor manera.

1. Se entrega una hoja con el dibujo de un ovalo, que simulará la silueta del rostro. (Anexo 9.)
2. Los niños deben dibujar su rostro en la hoja, intentando retratarse, poniendo el color y forma de su cabello, color de ojos y de piel, tamaño y forma de la boca, etc.

3. Debajo del dibujo, llenarán una ficha que complementa el dibujo.
4. Al terminar, los estudiantes deciden llevarla a casa o entregarle a la facilitadora.

Actividad de capacidad imaginativa – acróstico

1. Se explica lo que es un acróstico y como se debe realizarlo
2. Se entrega una cartulina a cada estudiante, en la cual deben escribir su nombre de forma vertical, grande y en el lado izquierdo de la cartulina.
3. Se indica que por cada letra de su primer nombre deben escribir una cualidad o virtud que ellos tengan.
4. Se pedirá voluntariamente a 5 o 6 estudiantes que compartan sus trabajos, exponiéndolos al frente.

Socialización

De forma voluntaria, los estudiantes pasan a exponer su trabajo realizado.

Retroalimentación

Con ayuda de láminas educativas relacionadas al tema, se recopilará los datos más importantes de la actividad, reforzando los conocimientos adquiridos.

ACTIVIDAD NRO. 2

Tema: Elogios escritos

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** cartulinas, esferos, lápices, proyector, parlantes, computador, marcador de pizarra, copias.

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

DESARROLLO DE ACTIVIDADES**Dinámica de ambientación**

“La cola de la vaca”

1. Se invita a los estudiantes a formar un círculo.
2. La coordinadora de la dinámica, explica que ante cualquier pregunta que se les haga, ellos deberán responder ‘la cola de la vaca’, todos pueden reírse excepto al que se le pregunto.
3. Las preguntas pueden ser ¿Cómo te llamas? ¿Cómo estás? ¿Qué desayunaste? ¿Con que soñaste? ¿Qué te gusta? Etc.
4. Si los estudiantes no responden correctamente o se ríen al contestar, tendrán una pequeña penitencia.

Actividad - Elogios escritos

1. A cada estudiante se facilitará de un trozo de cartulina en donde escribirá su nombre.

2. Se pide a los estudiantes que lleven un esfero o lápiz, formen un círculo con sus sillas y tomen asiento.
3. Formado el círculo, cada estudiante deberá pasar la tarjeta a su compañero de la derecha y le dedicará un elogio, palabras bonitas, pensamiento positivo, una cualidad o alguna característica del aspecto físico del dueño de la tarjeta.
4. Se dará tiempo prudencial para escribir la frase, cuando ya todos hayan escrito nuevamente se pasará las tarjetas al compañero de la derecha.
5. Es necesario que todos escriban un elogio a su compañero, es decir si son 23 participantes, se debe tener 22 elogios.
6. Las tarjetas seguirán pasando por todos los alumnos, hasta que la tarjeta llegue a manos del dueño.
7. Finalmente, los niños darán lectura a las tarjetas.

Video de reflexión – una mujer frente al espejo

Se presentará un video acerca de la importancia de tener una autoimagen positiva y una actitud positiva hacia nuestras características físicas, así como de la valía y amor propio.

CIERRE

En un organizador gráfico, se recogerá las características más importantes del taller, se elaborará con la colaboración de los estudiantes, sensibilizando en ellos lo significativo que es tener una autoimagen positiva y demostrarla al resto.

Evaluación

Aplicación de post test

Se entregará a los estudiantes una copia con el mismo cuestionario que se aplicó al inicio del taller.

RESULTADOS

- Los estudiantes conocieron sus aspectos físicos, aprendieron a respetarse y valorarse.
- Con la dinámica elogios escritos, los estudiantes fortalecieron su autoimagen.
- Expresaron a sus compañeros frases afectivas escritas de una forma creativa y significativa.

CONCLUSIONES

- La técnica me gusta ser como soy permitió que los estudiantes describan una autoimagen positiva reforzar características sus físicas, cualidades y capacidades lo que ayudó a mejorar la seguridad en sí mismos.
- La dinámica elogios escritos ayudó a que se fomente la autoestima lo que generó confianza y mayor cohesión entre los participantes.
- A través de la dinámica elogios escritos se logró una expresión de afecto y emociones que ayudaron a mejorar la autoimagen y también a sentirse apreciados y parte importante del grupo

RECOMENDACIONES

- Seguir estimulando a través de técnicas de autovaloración y autoevaluación con el fin de estimular a los estudiantes para que tengan una autoimagen positiva.

- Se recomienda a docentes que incentiven a los estudiantes a colocar la cartulina con elogios que escribieron sus compañeros en el aula en un lugar donde puedan leerlo todos los días.
- Se debe seguir trabajando con la correcta expresión del afecto y emociones mejora las relaciones interpersonales sanas dentro y fuera del salón de clases.

BIBLIOGRAFÍA

- Cifuentes, L. E. (2016). *Autoimagen e inteligencia emocional* . Quetzaltenango : Universidad Rafael Landívar .
- <https://www.youtube.com/watch?v=AJ1C3KKCDjg>

Anexo 8.



CUESTIONARIO

Nombre:.....

Completa la siguiente frase:

Yo soy:

.....
.....

¿Qué entiendes por autoimagen?

.....
.....
.....
.....

¿Eres consciente de lo que puedes y no puedes hacer?

.....
.....
.....
.....

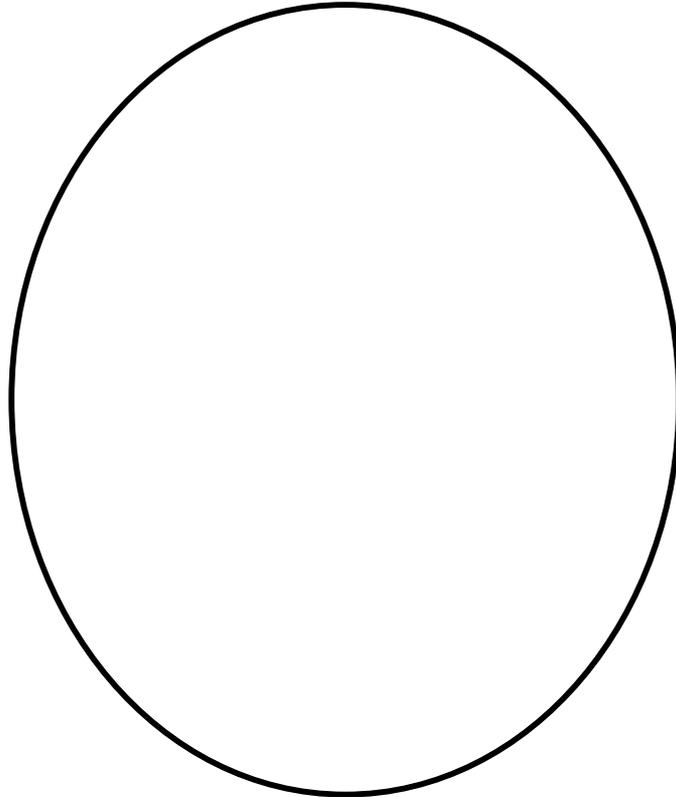
¿Expresas halagos o frases positivas a tus compañeros?

Si

No

¡Gracias por su colaboración!

ME GUSTA SER COMO SOY



Mi nombre es:.....

Tengo: años

Mi cabello es:.....

El color de mi piel es:.....

Mis ojos son:.....

Y lo que más me gusta de mí es:.....

Y ME GUSTA MUCHO COMO SOY

TALLER N° 4

AUTOCONFIANZA



Objetivo: Aprender a conocerse mejor a uno mismo, identificando sus fortalezas, debilidades y aspectos a mejorar.

Tema: El entierro del no puedo

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** uñas, copias, esferos, lápices, hoja de papel, plato de metal, fosforo, marcador de pizarra.

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

INICIO

ACTIVIDAD NRO. 1

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Presentación

La facilitadora inicia con un saludo de bienvenida e indica la temática del taller y las actividades correspondientes.

Dinámica de ambientación

“Las ulas”

1. Se invita a los participantes a formar un círculo y que se tomen de las manos cerrando el círculo.
2. Se indica que se pondrá las dos ulas entre la unión de las manos de los participantes, con separación una de la otra de cinco estudiantes.
3. Las ulas deben pasar por cada estudiante sin que se suelten de las manos.
4. Si las dos ulas se llegan a encontrar en la misma persona, ésta tendrá una penitencia.
5. Es importante que no se suelten de las manos cuando intentan pasar la ula por su cuerpo, es preciso señalar que el resto de estudiantes puede dar ideas si uno de ellos tiene dificultades para pasarla.

Aplicación del pre-test

Documento con cuestionario referente a la temática (Anexo 10.)

Actividad - El entierro del no puedo

1. La facilitadora inicia comentando algunas de las frases que frecuentemente se utiliza, se piensa o se dice y de los daños que ocasiona en la autoestima, puesto que no nos dejan hacer las cosas y nos hace sentir inútiles. Algunas frases son:

“No me va a salir bien”

“No lo voy a lograr”

“Todo lo que hago me sale mal”

“No sirvo para esto”

“Soy un inútil”

“No puedo” etc.

2. Posteriormente, los estudiantes irán escribiendo las frases que frecuente les dicen, piensan o ellos utilizan en pequeños pedazos de hoja.

3. Cuando ya todos hayan culminado, se procede a enterrar todas estas frases o también se las puede quemar. Eliminando el “No puedo” de la vida de los estudiantes.

4. Al volver al salón de clase, la facilitadora da una reflexión y aporta con pensamientos positivos para los estudiantes.

5. Posteriormente, se pregunta a los niños ¿Qué les pareció esta actividad? ¿Cómo se sintieron?

Lectura reflexiva – cuento “Ernesto no puede”

La facilitadora procede a leer un cuento, pidiendo atención para posteriormente opinar y comentar la importancia y relación de este con la temática. (Anexo 11.)

Dinámica

“Si puedo”

1. Se invita a los estudiantes a formar un círculo y se hace una adaptación de la dinámica

“La cola de la vaca”.

2. Se hace preguntas a los estudiantes como: ¿Qué vas a decir cuando intentes algo? ¿Cuándo la tarea esté difícil, que vas a decir? ¿Cuándo algo se pone difícil? Etc. A lo que los estudiantes deben responder ¡Si puedo! a cualquier pregunta que se les haga.

Retroalimentación

A través de un mapa mental, la facilitadora extraerá los puntos relevantes del taller para reforzar los aprendizajes.

ACTIVIDAD NRO. 2

Tema: Yo en un futuro

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** cartulina, esferos, lápices, pinturas de colores, copias, cajita, espejo, marcador de pizarra, cartulinas.

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Dinámica de ambientación

“Una tormenta”

1. Se invita a los estudiantes a formar con las sillas un círculo y tomar asiento en ellas.

2. La facilitadora del taller se pondrá en el centro del círculo y dará las indicaciones, cuando se diga ola a la derecha, todos deben correr un asiento hacia la derecha, si dice una ola hacia la izquierda, deben correrse un asiento hacia la izquierda, si dice tormenta, todos deben cambiar de lugar.

3. La coordinadora empieza la dinámica diciendo: un barco navegaba en mar abierto y los tripulantes visualizaron que se acercaba una tempestad, las nubes eran oscuras y los relámpagos eran muy fuertes y de pronto vino una ola y los golpeo hacia la izquierda, otra ola hacia la derecha, de pronto los azotó una tormenta y todos cambian de lugar.

4. La coordinadora tomó el asiento de un tripulante del barco, y ahora esta persona que quedó sin silla será quien avise de las olas.

5. Este proceso se repetirá cinco veces hasta liberar tensiones.

Actividad - Yo en un futuro

1. Se les proveerá a los estudiantes de una cartulina la cual deben doblar por la mitad a modo de imitar un libro abierto.

2. En el escritorio se pondrá revistas e imágenes para que los niños puedan realizar un collage

3. En la primera cara de la cartulina deben dibujarse como son en la actualidad y en la cara posterior deben dibujarse o hacer un collage de ellos cuando sean grandes, haciendo énfasis en la profesión u oficio que quieren tener.

4. Se abre el libro y las dos caras internas deben estar vacías, en la primera de estas caras deben escribir su autobiografía y la segunda cara escribirán lo que deben hacer para llegar

la imagen que está en la parte posterior, es decir, los pasos a seguir y lo negativo que deben cambiar para lograr su objetivo.

5. Para finalizar la actividad, los estudiantes hacen un compromiso a cumplir todos los aspectos escritos y lograr su objetivo.

Socialización

De forma voluntaria, los estudiantes pasan a presentar sus trabajos, poniendo énfasis en el collage de la parte posterior.

Dinámica

“La cajita mágica”

1. Se presenta una cajita y se menciona que contiene un tesoro muy especial, único, maravilloso e importante para cada uno.

2. La facilitadora pregunta, ¿Qué crees que es lo más importante para ti?

3. Posteriormente, la cajita pasará por manos de todos los participantes, la abrirán, verán lo que hay dentro, la cierra y la pasan al siguiente alumno sin decir palabra alguna sobre el contenido de la caja.

4. Cuando la caja haya pasado por todos los estudiantes, la facilitadora preguntará ¿Qué se encontraba dentro de la cajita? Explica que siempre lo más importante somos nosotros, ese tesoro especial y maravilloso siempre será uno mismo.

5. Para finalizar, se vuelve a preguntar a los estudiantes, entonces ¿Qué es lo más importante?

CIERRE

Con ayuda de la dinámica la telaraña, se forma con los estudiantes un círculo, el primer estudiante tendrá la punta del hilo del ovillo de lana y lo lanzará a un compañero mencionando un aspecto importante del taller, lo que más le gustó o la enseñanza que dejó en él. Cuando todos los estudiantes hayan pasado, debe quedar una telaraña entre ellos, que representará la cohesión, la fuerza del grupo y la confianza necesaria para realizarla.

Evaluación

Aplicación de post test

Se entregará a los estudiantes una copia con el mismo cuestionario que se aplicó al inicio del taller.

RESULTADOS

- Los estudiantes creen en sus capacidades y cualidades mediante la dinámica el entierro del no puedo.
- En la dinámica yo en un futuro, los estudiantes fijaron metas y objetivos realistas, además de los aspectos necesarios para cumplirlos.
- Identificaron los aspectos que deben mejorar y como deberían hacerlo.

CONCLUSIONES

- Se logró erradicar el negativismo y el valor negativo que tienen de sí mismo mostrando una actitud resolutiva ante las adversidades que se les presenta.

- Los estudiantes indicaron algunas profesiones que les gustaría tener en el futuro y se mostraron responsables en relación al cultivo de sus talentos y competencias.
- Identificaron sus limitaciones, puntos débiles y que aspectos se deben mejorar de modo que potenció la confianza personal de cada estudiante.

RECOMENDACIONES

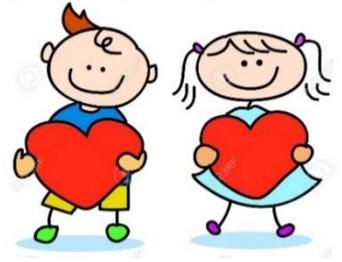
- Es recomendable que se sigan implementando dinámicas para la eliminación de aspectos negativos o desagradables de los estudiantes.
- Trabajar actividades relacionadas al proyecto de vida para que se fijen metas y objetivos.
- Identificar en forma permanente sus puntos negativos o limitaciones, con el fin de conocer que aspectos se deben mejorar y cuales se deben potenciar.

BIBLIOGRAFÍA

- BCI, somos diferentes . (2015). *Autoconfianza* . Mexico : BCI
- Ortíz, Á. (26 de Mayo de 2012). *Gobierno de Canarias* . Obtenido de Gobierno de Canarias :
http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/contenidosdigitales/programasflash/nice/Primaria/Lengua/Cuentos_ilustrados/cuentos2/ernesto/cuento/cuento.htm
- <https://www.youtube.com/watch?v=AJ1C3KKCDjg>

Anexo 11.

CUESTIONARIO



Nombre:

¿Cómo entiendes la autoconfianza?

.....
.....
.....
.....

¿Confías en tus habilidades y destrezas?

.....
.....
.....
.....

Frecuentemente dices o piensas frases negativas relacionadas al “No puedo”

.....
.....
.....
.....

¿Confías en tus capacidades para llegar a ser profesional?

.....
.....
.....
.....

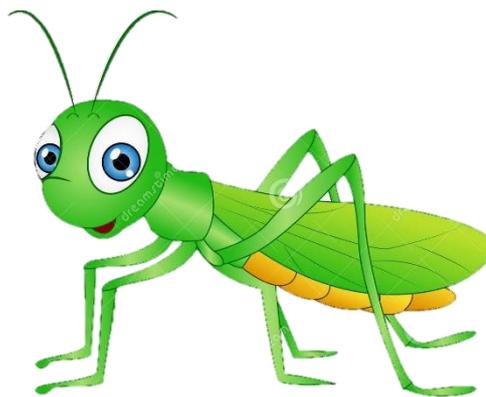
¡Gracias por su colaboración!

Anexo 11.

Cuento

“Ernesto no puede”

Había un pequeño saltamontes llamado Ernesto que caminaba por el jardín... Sí, sí, caminaba; todavía no saltaba porque no lo había intentado nunca.



Ernesto no intentaba hacer nunca nada. Cuando alguien le decía que hiciera esto o aquello, siempre respondía lo mismo:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Cuando su mamá saltamontes le pedía ayuda para buscar algo, Ernesto le decía:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Ernesto sólo se alimentaba de alguna hierba amarga que había en el suelo. Cuando papá saltamontes le decía que le acompañara para comer unas suculentas hojas tiernas, Ernesto volvía a decir lo mismo:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Cuando sus amigos jugaban en el jardín y le preguntaban:

—Ernesto, ¿juegas con nosotros?

Ernesto contestaba como siempre y como tantas y tantas veces:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Y así siempre... Un día llovió y el jardín quedó mojado. Las mariquitas, las hormigas, los gusanos, las mariposas y los demás animalitos también se mojaron. Para secarse, todos se subieron a las hojas más altas de las plantas, más cerca del sol. Bueno, todos no. Ernesto se había quedado abajo, empapado por el agua de la lluvia. Sus amigos le animaban para que subiera.

—¡Ernesto, sube a esta hoja para secarte!

Pero Ernesto respondía como siempre:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Sus amigos insistían:

—¡Pero sube, no te das cuenta que te vas a constipar!

Ernesto repetía pesaroso:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Sus amigos no dejaban de animarle:

—Nosotros hemos trepado con mucho esfuerzo, pero tú sólo tienes que saltar.

Ernesto, como siempre, ni siquiera lo intentó. Se marchó llorando mientras los demás seguían tumbados al sol.

—¡Buaaa!... ¡Buaaa! —lloraba Ernesto

Florindo, el duende del jardín, escuchó su llanto y se acercó.

—¡Hola! ¿Por qué lloras? ¿Cómo te llamas? —le preguntó.

—Me llamo Ernesto y lloro porque no estoy arriba con los demás secándome al sol —contestó Ernesto.

—¿Y por qué no estás arriba? ¿Te has caído? —volvió a preguntar Florindo.

—No, no he subido... —le dijo Ernesto.

—¿Y por qué no subes y dejas de llorar?

Entonces Ernesto pronunció esa frase que todos estaban acostumbrados a oírle:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Florindo, cuando la escuchó, se quedó tan extrañado que se le rizaron los bigotes. Sonriendo, le volvió a preguntar:

—¿Por qué no puedes? ¿Acaso lo has intentado?

Ernesto, con un poco de vergüenza, le dijo en voz bajita:

—No... no lo he intentado, yo nunca intento nada.

—¿Es que nadie te ha enseñado que todo requiere su tiempo, que las cosas se van aprendiendo poco a poco, y que lo único que tenemos que hacer es intentarlo todas las veces que haga falta?

—le dijo Florindo—. ¡Venga, inténtalo! ¡Vamos!

—No sé... Quizás tengas razón, pero... Bueno, está bien,... ¡voy a intentarlo!

Ernesto lo intentó, ante la atenta mirada de Florindo. Encogió las patas traseras y... ¡uuuuuupa!
Dio un salto. Por primera vez dio un salto, pero no consiguió llegar ni siquiera a las hojas que estaban más abajo. Mario Navarro Alonso

Entonces Ernesto dijo otra vez:

—¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo!

Rápidamente, Florindo le replicó:

—¿Qué te dije? ¿Acaso no lo recuerdas? Nadie nace sabiéndolo todo. ¡Venga, inténtalo de nuevo!

Ernesto volvió a encoger sus patitas traseras, rápidamente las estiró y... ¡uuuuuupaaaa! ... Había sido un salto más largo que el primero, pero tampoco llegó donde quería. Antes de que abriera la boca para quejarse, Florindo le dijo:

—¿A que adivino lo que me ibas a decir?... ¡Es que no sé!... ¡Es que no puedo! ¿No has visto que el salto ha sido más grande que el primero? Pues cuanto más saltos realices, más alto llegarás. Además, si al saltar despliegas tus alas (porque sí... ¡los saltamontes también tienen alas!) tus saltos serán mayores.

Ernesto hizo caso al duende y estuvo saltando y saltando... una y otra vez..., hasta que por fin en uno de esos intentos...

—¡Yuuuujuuuu! ¡Florindo, mira, lo he conseguido!

Ernesto había llegado a las hojas más altas. Todos los demás animalitos le aplaudieron, unos con sus patitas y otros con sus antenas.

Cuando Ernesto iba a ponerse al sol para secarse, se dio cuenta de que con tantos saltos se había secado. Bajó dando otro salto y siguió saltando y saltando,... Y dicen que sigue y sigue saltando sin parar, de planta en planta, de hoja en hoja, de flor en flor y de jardín en jardín.

TALLER N° 5



AUTOACEPTACIÓN

Objetivo: Logra que los estudiantes cambien la percepción que tienen sobre ellos mismos, aceptando a los demás y valorando como son.

Tema: Un mundo diverso

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** computador, proyector, parlantes, copias, esferos, lápices, cinta, marcador de pizarra,

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

INICIO

ACTIVIDAD NRO. 1

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Presentación

La facilitadora da un saludo de bienvenida e invita a los participantes a las actividades próximas a realizar indicando la temática de las mismas.

Dinámica de ambientación

“Terremoto”

1. Los participantes forman grupos de 3 personas y se ponen de pie.
2. Se indica que dos de ellos formaran con su cuerpo una casa, tomándose de las manos.
3. Dentro de ella se coloca el tercer participante que hace de inquilino.
4. La facilitadora da las indicaciones de la dinámica: cuando se dice ‘Casa’ todos los participantes que están haciendo de casa salen a buscar a otro inquilino mientras todos los que hacen de inquilinos no se mueven del lugar, cuando se dice inquilino, todos los inquilinos salen a buscar una casa distinta y cuando se dice terremoto se destruyen las casas y todos los participantes forman nuevos tríos.

Aplicación de pre test

Entrega de copia individual con cuestionario relacionado al tema (Anexo 12.)

Exposición de video de reflexión – cuerdas

Se proyecta un video sobre la inclusión en la escuela, posteriormente se pide opiniones y comentarios acerca de lo expuesto.

Actividad - Un mundo diverso

1. Primeramente, para la realización de la dinámica, se requiere de que los estudiantes tengan una mente despejada y libre de prejuicios.
2. Se elige a 10 estudiantes al azar y se les dice que deben estar un momento fuera del salón de clases.

3. Al resto de estudiantes se les explica la dinámica: sus compañeros volverán al salón con una frase en su frente y se pasean por el salón de clase mostrando claramente lo escrito en su rostro.
4. Después, los 10 estudiantes se colocan en frente y se explica que los demás alumnos deben pasar al frente elegir a uno de sus compañeros y llevarlo a sentar a su lado.
5. Cuando ya se haya elegido a todos, se pregunta a cada uno de los que llevaron a sus compañeros a su lado: ¿Por qué lo eligieron? ¿Por lo que dice en la etiqueta? o ¿Por lo que son como compañeros?
6. La actividad culmina con una reflexión acerca de la integración e inclusión, la discriminación y los prejuicios.
7. Entre las frases escritas están: gordo, negro, indígena, un niño con lentes, un niño que lustra zapatos, un niño tartamudo, niño con discapacidad, un niño que juega con niñas, un niño que pierde el año y un niño de baja estatura. Se recalca que no debe existir ningún tipo de burla y que los compañeros elegidos no tienen nada que ver con la frase pegada en su frente.

Juego de finalización

“El ahorcado”

1. Se tendrá una lista de palabras relacionadas a la temática.
2. Se dibuja en la pizarra una orca, y las líneas para las letras correspondientes a la palabra que se tratará de adivinar.
3. Los estudiantes mencionan letras para adivinar la palabra, completada esta se cumple con cinco más.

Retroalimentación

Con la ayuda de imágenes representativas del tema, se realizará un collage en la pizarra con la guía de la facilitadora y la participación de los estudiantes, fortaleciendo los aprendizajes adquiridos.

ACTIVIDAD NRO. 2

Tema: Acéptate tal y como eres

Duración: 80 minutos

Recursos:

- **Humanos:** investigadora y estudiantes
- **Materiales:** carteles didácticos, cinta, imágenes, copias, esferos, proyector, parlantes, computador, diapositivas, cartel.

Metodología: grupal, colaborativa, reflexiva

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Dinámica de ambientación

“Kan Ken Pon”

1. Los estudiantes se numeran del uno al dos y se dividen los numero uno en el lado izquierdo y los números dos a la derecha.
2. La facilitadora presenta las siguientes indicaciones: si se elige Kan que significa piedra, los estudiantes deben formar un ovalo con sus brazos alzados, si se elige Ken que es papel, los

estudiantes deben alzar sus brazos formando con su cuerpo y si se elige Pon que significa tijera, deben poner un brazo arriba y el otro abajo simulando las cuchillas de la tijera. Recordando que: piedra aplasta a tijera, tijera corta a papel y papel cubre a piedra, el grupo que gane debe perseguir al grupo que pierde y los que toma se lleva a su grupo.

3. Los dos grupos de estudiantes se reúnen en ruedo para elegir lo que van a representar intentando ganar al otro grupo.

4. Ya elegido lo que van a hacer, se colocan frente a frente mientras la facilitadora en voz alta dice KAN KEN PON y los grupos simulan hacer lo que eligieron.

5. Se repite la dinámica cinco veces para animar a los estudiantes y liberar tensiones.

Actividad - Acéptate tal y como eres

1. Se coloca en la pizarra dos dibujos, de un niño y una niña.

2. En el escritorio se pondrán tarjetas con frases de donde los estudiantes eligen una, la leen si es frase y explican cómo se sienten cuando alguien les dice la frase.

3. Se procede a pegarla en el dibujo correspondiente.

4. Cuando se hayan pegado todas las frases en los dibujos, se socializa el tema general y se procede a colocarlo en la pared del frente donde se pueda observar.

Video de reflexión – el árbol feo que no servía para nada

Se presenta un video acerca de la importancia de la autoestima y para la motivación de los estudiantes.

CIERRE

En el cierre de este taller, la investigadora expone una presentación con diapositivas, que contendrán fotos de los dibujos de los niños, fotos de todo el grupo, frases de motivación relacionadas a la autoestima y lo trabajado en clase. Se recopilará los datos más importantes de toda la propuesta alternativa.

Evaluación

Aplicación de post test

Se entregará a los estudiantes una copia con el mismo cuestionario que se aplicó al inicio del taller.

RESULTADOS

- Los estudiantes conocieron su valía y el rol que cumplió cada compañero.
- Respetan la diversidad cultural y promueven la convivencia armónica

CONCLUSIONES

- A través de las frases trabajadas en la técnica acéptate tal y como eres, las que actúan de reforzadores positivos, los estudiantes se aceptan, valoran y aprecian así mismo, lo que contribuye a la autoestima, motivación, confianza y al reconocimiento de valía del resto.
- Los estudiantes aprendieron a respetar a todas las personas sin importar su cultura, etnia, género, orientación sexual, edad o identidad se logró una mejora en la forma adecuada de interrelacionarse con el mundo exterior.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda utilizar más refuerzos positivos que involucren elogios, frases o pensamientos positivos que aporten a la aceptación, valoración y seguridad en sí mismo.
- Es necesario seguir utilizando estrategias dirigidas a trabajar la diversidad cultural y social con los estudiantes, como el teatro-vivo o role-play, para que los estudiantes conozcan, aprecien, valoren y acepten a las diversas manifestaciones culturales y también las diferencias sociales.

BIBLIOGRAFÍA

- Salazar, Á. (2006). *Autoaceptación y sentido de vida en mujeres con discapacidad motora* . México D. F. : Universidad Iberoamericana .
- https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw
- <https://www.youtube.com/watch?v=9NmlLo-tQSU>

Anexo 12.



CUESTIONARIO

Nombre:

¿Sabes lo que es autoaceptación?

Si

No

¿Conoces tus virtudes y defectos?

.....
.....
.....
.....

¿Te admites o apruebas tal y cómo eres?

.....
.....
.....
.....

¿Aceptas a cualquier persona sin importar su color de piel, genero, raza o discapacidad?

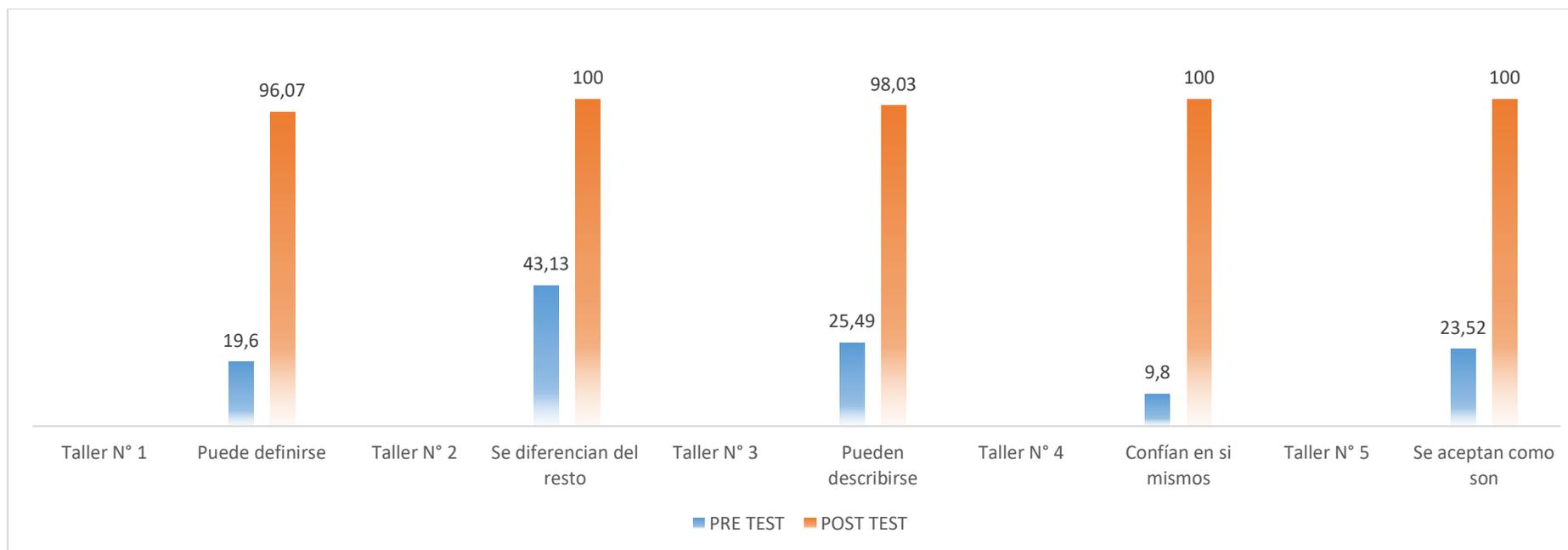
.....
.....
.....
.....

¡Gracias por su colaboración!

RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN SOBRE LA EFECTIVIDAD DE LA PROPUESTA

TALLERES	PRE TEST				POST TEST				TOTAL	
	¿Cómo te definirías?									
	Pueden definirse		No pueden definirse		Pueden definirse		No pueden definirse		Total	
Taller Nro. 1 Autoconcepto	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	10	19,60%	41	80,39%	49	96,07%	2	3,92%	51	100%
	¿Cómo te diferencias del resto?									
	Se diferencian		No puede diferenciarse		Se diferencian		No puede diferenciarse		Total	
Taller Nro. 2 Autoconocimiento	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	22	43,13%	29	56,86%	51	100%	-	-	51	100%
	Describe como te ves									
	Pueden describirse		No pueden describirse		Pueden describirse		No pueden describirse		Total	
Taller Nro. 3 Autoimagen	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	13	25,49%	38	74,50%	50	98,03%	1	1,96%	51	100%
	Confías en ti mismo									
	Si		No		Si		No		Total	
Taller Nro. 4 Autoconfianza	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	5	9,80%	46	90,19%	51	100%	-	-	51	100%
	Te aceptas tal y como eres									
	Si		No		Si		No		Total	
Taller Nro. 5 Autoaceptación	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	12	23,52%	39	76,47%	51	100%	-	-	51	100%

Fuente: datos obtenidos del pre y post test aplicado en cada taller ejecutado con los estudiantes del quinto y sexto año de la Escuela de Educación Básica General Mons. Juan María Riofrío
Elaborado: Mónica Yaritza Medina Barrera



Análisis e interpretación

De acuerdo a los datos generados luego de la aplicación pre y post test en cada taller, se evidencia la efectividad y contribución significativa de la propuesta de intervención basada en las dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima en los estudiantes. En vista de que los talleres aplicados fueron diseñados en correspondencia con los componentes básicos de la autoestima, se demuestra mejoras en cada uno de estos aspectos, es decir en el autoconcepto, autoconocimiento, autoimagen, autoconfianza y autoaceptación; los estudiantes pueden definirse de una manera adecuada, conocen sus virtudes y también sus defectos, expresan correctamente sus características físicas asignándole una valoración positiva, confían en sus habilidades y competencias e indican aceptarse y respetarse a sí mismos y al resto de personas.

Para corroborar esta información tomamos a Banz (2008) acerca de las dinámicas grupales, estas se consideran como una experiencia en donde el aprendizaje es integral, pues, incluyen diversos aprendizajes los que propician la transferencia de los mismos en la práctica cotidiana. Así mismo, las dinámicas de grupo favorecen la introspección de y la reflexión de cada estudiante, además de la interacción entre los mismos.

Además, cabe agregar que la autoestima es una necesidad de vital importancia para el ser humano, pues esta cumple con un rol protector de salud mental, es básica y contribuye esencialmente al proceso de la vida. (Zamora, 2012).

Para finalizar en este apartado, las dinámicas de grupo han favorecido al desarrollo integral y saludable de la autoestima de los estudiantes, dado que estas técnicas crean un ambiente de confianza, trabajo en equipo y respeto para los integrantes y es aquí en donde pueden interactuar libremente, expresando sus sentimientos y emociones sin miedo a ser juzgados, promoviendo

el intercambio de opiniones y actitudes positivas que reafirmen virtudes, cualidades y valores de cada estudiante participante.

Como resultado del trabajo, es evidente que las dinámicas grupales han tenido un gran impacto en el ámbito educativo validando de esta manera la investigación, ya que se erradicó en los estudiantes, las ideas autopunitivas e irracionales acerca de la concepción que tenían sobre sí mismos, igualmente, se fomentó actitudes y pensamientos positivos de valía y amor propio para enfrentar la vida de manera resolutiva y resiliente.

MEMORIA GRÁFICA







j. BIBLIOGRAFÍA

- Arriaga, M. (2015). El diagnóstico educativo, una importante herramienta para evaluar la calidad de la educación en manos de los docentes. *Atenas* , 63-74.
- Banz, C. (2008). *Las dinámicas grupales: una técnica de aprendizaje* . Chile : valoras UC.
- Betancorut, R., Guevara, L., & Fuentes, E. (2011). *El taller como estrategia didáctica, sus fases y sus componentes para el desarrollo de un porceso de cualificación en el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) con docentes de lenguas extranjeras* . Bogotá: (Tesis de grado) Universidad La Salle .
- Briceño, B., & Torrejón, D. (2010). *Manual de juegos para la autoestima* . Santiago : Universidad academia de humanismo cristiano .
- Broch, M. R. (2014). *La autoestima en los niños de 4-5 en la familia y en la escuela*. Barcelona: UNIR.
- Díaz, V. P. (2009). *Metodología de la investigación científica y bioestadística* . Santiago de Chile : Masters Ril.
- Egg, E. A. (1991). *El taller: una alternativa de renovación pedagógica*. Buenos Aires: Magisterio del Río de la Plata.
- Hartuz, P. (2004). *Dinámicas de grupos* . Eskola: Urtxintx Ezkola.
- Llaca, P., Luévano, E., Vázquez, F., Gutiérrez, E., Loyo, Y., Gutiérrez, R., . . . Jiménez, J. (2006). *Herramientas y soluciones docentes* . Tlalnepantla: Ediciones Euromexico .
- Maya, A. (2007). *El taller psicoeducativo* . Bogotá : MAGISTERIO .

- Milicic, N. M. (2015). *El diagnóstico educativo*. Santiago de Chile : Universidad católica de Chile.
- Naranjo, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial de proceso educativo . *Revista Electrónica: Actualidades investigativas en educación* , 13 .
- Papilia, D., Wendkos, S., & Durskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. México: McGraw Hill.
- Ríos, Á. T. (2009). La Autoestima en los niños/as . *Innovación y experiencias educativas* , 41-49.
- Ríos, M. S., & Badilla, C. (2012). *Validación de procesos*. Chile: Instituto de salud pública de Chile.
- Ruiz, C. A. (2003). *Test de autoestima para escolares* . Lima : Universidad César Vallejo .
- Sobrado, L. F. (2005). El diagnóstico educativo en contextos sociales y profesionales . *Revista de investigación educativa* , 85-112.
- Ulloa, N. (2003). *Niveles de Autoestima en Adolescentes Institucionalizados. Hogar de Menores: Fundación Niño y Patria. Valdivia, II semestre 2002*. Valdivia : (Tesis de pregrado) Universidad Austral de Chile
- Vivas, P., Rojas, J., & Torras, M. E. (2009). *Dinámica de grupos* . Barcelona : FUOC.
- Zamora, M. J. (2012). *El desarrollo de la autoestima en educación infantil* . (Tesis de grado) Murcia : UNIR.

WEBGRAFÍA

Mendoza, G. (21 de Febrero de 2018). *Salud Mental y Emocional* . Salud Mental y Emocional.

Recuperado de: <https://www.saludmentalyemocional.com/>

Campos, M. J. (04 de Junio de 2018). *Psicología* . Recuperado de Psicología:

<https://www.mariajesuscampos.es/2018/06/04/trabajando-la-autoestima-dinamicas/>

k. ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL
ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA
EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TEMA

**DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA
PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS
ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA
DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO.
PERIODO 2018-2019.**

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

AUTORA

Monica Yaritza Medina Barrera

LOJA – ECUADOR

2018

1859

a. TEMA

DINÁMICAS GRUPALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MONS. JUAN MARÍA RIOFRÍO. PERIODO 2018-2019.

b. PROBLEMÁTICA

La autoestima es un elemento básico para la formación integral de los niños y así mismo para su desarrollo, existen contextos de vital importancia, como lo son el contexto familiar y el educativo, pues, las personas que interactúan en estos entornos son ciertamente significativas ya que, con ellas se establece vínculos afectivos, relaciones fluidas y complementarias además de ser base para el desarrollo humano.

Pues Woolfolk (2006) señala que: “la autoestima es el valor que cada uno de nosotros da a sus propias características, habilidades, y conductas” (p. 71). Dado que la autoestima está directamente relacionada en la manera en que somos, en cómo nos vemos y en el sentido de cómo nos valoramos, es de vital importancia desarrollarla desde la edad escolar y en este mismo entorno; en vista de que si el niño tiene una buena relación con su entorno se sentirá competente, seguro de sí mismo y valioso; al contrario, de un niño con el nivel de autoestima bajo, no confiará en sus propias habilidades ni en las de los demás por lo que tendrá tendencia a sentirse inferior a otros, comportándose de manera tímida y desarrollando conductas de aislamiento social, entre otras.

Además, el bajo nivel de autoestima, se constituye en una de las principales problemáticas por las que atraviesan los niños en edades escolares, trayendo problemas consigo hasta la adultez, afectando ámbitos trascendentales como el familiar, laboral y en las relaciones personales.

Al indagar en esta problemática, se señala la siguiente investigación nivel mundial, un estudio realizado por Muñoz (2011) señala que: “posterior a la evaluación de autoestima de 471 niños residentes en zonas rurales y urbano-marginales, los resultados indican que un 44% de

estos presentan autoestima baja, un 36% autoestima baja-sobrecompensada, un 5% autoestima sobrevalorada y sólo un 15% autoestima adecuada” (p.7).

En el caso de nuestro país, un estudio de la ciudad de Cuenca, los autores Herrera & Zhunio (2017) señalan que: “los niveles de autoestima global de 270 niños evaluados muestran que el 74% de la muestra posee una autoestima baja en donde el 46% representa al género femenino y el 28% representa al masculino” (p. 2).

Con respecto a las dinámicas grupales, sabemos que aparte de favorecer el aprendizaje colaborativo, significativo y vivencial; también fomentan el desarrollo saludable de la autoestima, creando vínculos de confianza y convivencia con el grupo, expresando emociones, sentimientos e ideas además de que los participantes sean capaces de reconocer sus propias capacidades y limitaciones. (Ministerio de Educación , 2016)

En la Ciudad de Loja, se realizó un sondeo de la problemática que consistió en la aplicación de encuestas, los resultados de la Escuela de Educación Básica Mons. “Juan María Riofrío” en el quinto y sexto año indican que el 57.23% de los niños tienen baja autoestima ya que mencionan no sentirse felices como son, se muestran tímidos, retraídos, no se sienten seguros de sí mismos y desearían cambiar algunas cosas de ellos.

Por todo ello, es necesario desarrollar la autoestima a través de dinámicas de grupo para lograr aprendizajes significativos, el mejoramiento del clima en el aula, la mejora de habilidades de socialización; propiciando el autoconocimiento de los alumnos para que esto permita autoevaluarse y emitir un juicio de valor acerca de características, cualidades y competencias propias.

Como resultado de lo anterior, se plantean las siguientes interrogantes:

- a. ¿Conocen los docentes el nivel de autoestima de sus estudiantes?
- b. ¿Qué factores influyen en el desarrollo de la autoestima?
- c. ¿Cómo influyen las dinámicas grupales en el desarrollo de la autoestima?
- d. ¿Los docentes fomentan el desarrollo de la autoestima a través de actividades dentro del salón de clases?

Partiendo de estas preguntas, se señala el siguiente problema de investigación:

¿De qué manera influyen las dinámicas grupales como estrategia didáctica en el desarrollo de la autoestima en los estudiantes del quinto y sexto Año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío Periodo 2018-2019?

c. JUSTIFICACIÓN

En la actualidad, es en los niños en quienes se basan los proyectos en mejoras tanto en salud como en educación, pero de cierta manera se está dejando de lado su bienestar emocional, el mismo que se ve repercutido en su autoestima. Tomando como base que el juego que se encuentra implícito en las dinámicas de grupo es un recurso valioso para la expresión de emociones y conocimiento de capacidades y limitaciones.

Por lo tanto, esta investigación se enfoca en el estudio de las dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima de los estudiantes, siendo así un tema pertinente y vigente, adecuado para emplearlo en el sistema educativo, ya que tiene validez en los centros educativos; y, por otro lado, tiene originalidad en cuanto a ser un tema propio que no copia a ningún otro tipo de investigación.

La importancia de este proyecto en el ámbito científico es ofrecer una alternativa de solución a la problemática del nivel de autoestima en los estudiantes, teniendo como principal cimiento las dinámicas grupales que son un contenido bastante atrayente para los niños de esta edad, por otra parte, se indica que también existe factibilidad en su ejecución por la facilidad de acceso a bibliotecas públicas y privadas.

Así mismo este proyecto investigativo presenta un enfoque socioeducativo ya que su estudio está dirigido para los estudiantes del quinto y sexto grado de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, dado que se trabajará la autoestima, la valoración personal de niños y niñas, el amor propio y el desarrollo de actitudes y habilidades sociales y emocionales; partiendo de dinámicas grupales que tengan como objetivo principal el desarrollo de la misma a través del juego ya que éste se considera como la estrategia más natural de aprender.

Finalmente, el presente proyecto constituye un requisito indispensable para la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación mención Psicología Educativa y Orientación.

d. OBJETIVOS

General

- ✓ Emplear dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima en los estudiantes del quinto y sexto Año paralelo de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, periodo 2018-2019.

Específicos

- ✓ Conceptualizar teóricamente temas referentes a las dinámicas grupales y la autoestima.
- ✓ Identificar el nivel de autoestima de los estudiantes del quinto y sexto grado de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío a través de la aplicación de encuestas y test.
- ✓ Planificar talleres psicoeducativos basados en dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima.
- ✓ Aplicar las dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima.
- ✓ Validar la aplicación de las dinámicas grupales como estrategia didáctica.

e. MARCO TEÓRICO

Esquema de contenidos

1. Contenido

1.1 Dinámicas grupales

1.1.1 Definición

1.1.2 Objetivos de las dinámicas grupales

1.1.3 Ciclo de aprendizaje en una dinámica grupal

1.1.3.1 Fase de motivación.

1.1.3.2 Fase de experiencia o vivencia.

1.1.3.3 Fase de comunicación de la experiencia.

1.1.3.4 Fase procesamiento de la experiencia

1.1.3.5 Fase de generalización a la vida cotidiana

1.1.3.6 Fase aplicación

1.1.4 Características de los grupos

1.1.5 Tipos de técnicas de dinámica de grupo

1.1.5.1 Técnicas de presentación

1.1.5.2 Técnicas de relajación

1.1.5.3 Técnicas de animación y concentración

1.1.5.4 Técnicas para trabajar contenido temático

- 1.1.5.5 Técnicas de cierre
- 1.1.6 El papel del facilitador en la dinámica de grupo
- 1.1.7 Dinámicas grupales y su relación con el desarrollo de la autoestima
- 1.2. La autoestima
 - 1.2.1 Definición
 - 1.2.2 Evolución histórica
 - 1.2.3 Niveles de autoestima
 - 1.2.3.1 Autoestima alta
 - 1.2.3.2 Autoestima media
 - 1.2.3.3 Autoestima baja
 - 1.2.4 Componentes de la autoestima
 - 1.2.4.1 Autoconcepto
 - 1.2.4.2 Autoconocimiento
 - 1.2.4.3 Autoconfianza
 - 1.2.4.4 Autoimagen
 - 1.2.4.5 Autoaceptación
 - 1.2.5 Importancia de la autoestima en la niñez
 - 1.2.6 Proceso de formación de la autoestima
 - 1.2.6.1 Nacimiento y desarrollo de la autoestima
 - 1.2.6.2 Los primeros intentos

1.2.6.3 Los primeros pasos

1.2.6.4 Las primeras palabras

1.2.6.5 La primera separación

1.2.7 Causas de la falta de autoestima

1.2.8 Signos de falta de autoestima

1.2.9 Estimulación de la autoestima en los niños

2. Diagnóstico

2.1 Definición

2.2 Objetivo del diagnóstico

2.3 Características del diagnóstico

2.4 Fases del diagnóstico

2.5 Elementos que intervienen en el proceso de diagnóstico

3. Planificación de alternativa

3.1 Taller psicoeducativo

3.1.1 Definición

3.1.2 El taller como estrategia educativa

3.1.3 Objetivos del taller

3.1.4 Características del taller

3.1.5 Elementos del taller

3.1.6 Tipos de taller

3.1.7 Planificación del taller

3.1.8 Ventajas y desventajas del taller

3.1.8.1 Ventajas

3.1.8.2 Desventajas

3.1.9 Responsabilidades del coordinador del taller

4. Aplicación de la propuesta interventiva

4.1 Inicio

4.2 Pre-test

4.3 Desarrollo

4.4 Cierre

4.5 Post –test

5. Validación de la propuesta

5.1 Definición de validación

5.2 Características de la validación

5.3 Tipos de validación

1. Contenido

1.1 Dinámicas grupales

1.1.1 Definición

Desde tiempos inmemorables el hombre es concebido como un ser social debido a su gran capacidad para desarrollarse en grupo, por ende, es necesario señalar la definición de dinámica de grupos.

En el concepto histórico de la psicología social, se debe destacar que fue Kurt Lewin el que fundó el primer centro de investigaciones de dinámica de grupos. Gracias a la actividad allí realizada, Lewin pudo ofrecer explicaciones en torno a la consecución de objetivos, al aumento del rendimiento grupal o, incluso a la obtención de mayor satisfacción por parte de los miembros cuando forman parte de un grupo, etc. Todo ello relacionado directamente con las técnicas de dinámica de grupos. (Vivas, Rojas & Torras, 2009, p. 7).

En relación a lo anterior, es necesario conocer la definición de las técnicas de dinámica de grupos o también, como son llamadas por diferentes autores dinámicas grupales.

Para Vivas, et al., (2009): “las técnicas de dinámica de grupo son procedimientos o medios sistematizados de organizar y desarrollar la actividad de grupo, todos ellos fundamentados en la teoría de dinámica de grupo” (p.7). Estas técnicas pretenden que los participantes de un grupo adquieran nuevos conceptos, conocimientos en relación con el fenómeno grupal y en relación con ellos mismos.

Para Vivas et al. (2009) a través de las técnicas de dinámica de grupo se puede:

1. Experimentar vivencias personales dentro del grupo.
2. Analizar directamente el grupo (p.7).

Las dinámicas grupales son una experiencia social de aprendizaje integral, en la que se conjugan aprendizajes de distinto orden y se propicia la transferencia de los aprendizajes a la práctica cotidiana. Es una experiencia grupal que dinamiza internamente a cada integrante, promoviendo introspección y reflexión (Banz, 2008, p.1).

De acuerdo con el concepto anterior, se recalca la importancia de que en el salón de clase se empleen dinámicas grupales, puesto que es necesario fomentar el clima del aula en pro del aprendizaje y la enseñanza; brindando especial atención al desarrollo integral del estudiante, tanto físico, mental y emocional además de potenciar el trabajo en equipo, la colaboración y la disminución del egocentrismo.

Además, se debe tener claro que para poder llevar a cabo las dinámicas grupales es fundamental que el facilitador conozca acerca de las principales características del grupo, así como también que este tenga cierto tipo de experiencia desarrollando técnicas de dinámica de grupos.

1.1.2 Objetivos de las dinámicas grupales

Siguiendo a Hartuz (2004), los objetivos de las dinámicas grupales se centran en lo siguiente:

- Hacer consciente a las personas de sus formas de expresión y reacciones emocionales y de las demás personas.
- Capacitar para percibir la consecuencia de los hechos y aprender de ellos.
- Posibilitar y transmitir un tratamiento democrático y científico de problemas de desarrollo y de actuación social y personal.
- Transmitir puntos de vista sobre valores personales, objetivos y actuaciones.
- Conseguir una mayor eficacia de comportamiento individual frente al ambiente.

- Hacer consciente de los propios procesos de aprendizaje y capacitar para aprender cómo se aprende (p.9).

1.1.3 Ciclo de aprendizaje en una dinámica grupal

Para Banz (2008), el aprendizaje se logra a través de la técnica de las dinámicas grupales puesto que tiene el carácter de un proceso inductivo, es decir, las conclusiones que se obtienen de ellas son construidas y extraídas a partir de una experiencia. Para que éste ocurra, debe respetar un ciclo determinado. Son seis fases que fundamentan este proceso:

1.1.3.1 Fase de motivación.

Implica captar la atención de las personas e involucrarlos con la actividad que se realizará y con los objetivos a los que se dirige, estos no siempre son comunicados. Es un paso principal que busca crear un contexto adecuado para el trabajo conjunto, desde la generación de una predisposición personal favorable hacia la actividad.

Para que esta fase se dé, la dinámica grupal va a requerir que los participantes logren conectar sus necesidades con la actividad a realizarse, lo que les permitirá sentir que es relevante y significativo participar en ella.

1.1.3.2 Fase de experiencia o vivencia.

Esta fase se refiere al desarrollo que la actividad propiamente dicho; frecuentemente se asocia esta fase al juego o a la diversión. Aquí, el facilitador juega un papel importante ya que debe cuidar que los participantes entiendan el proceso que están realizando, se involucren activamente en la realización de la dinámica y se sientan cómodos con su realización.

1.1.3.3 Fase de comunicación de la experiencia.

Terminada la fase anterior, los participantes están listos para comunicar su experiencia, sus pensamientos y emociones referentes a la dinámica. Su intención es hacer que el grupo aproveche y se enriquezca de las experiencias de otros.

1.1.3.4 Fase procesamiento de la experiencia

Los objetivos de esta fase son:

- Identificar los elementos comunes de las distintas vivencias.
- Identificar lo distinto de la experiencia.
- Identificar relaciones entre las distintas visiones

Esto se puede lograr a través de tres técnicas de procesamiento de la información:

- a. La discusión guiada por el facilitador.
- b. La discusión en grupo.
- c. Cuestionarios individuales de análisis.

1.1.3.5 Fase de generalización a la vida cotidiana

Luego de reflexionar y comprender más acerca de la dinámica, es necesaria llevarla al vivir diario, preguntándose: ¿en que se aplica lo aprendido en la vida cotidiana? ¿Por qué, y para que nos sirve los nuevos conocimientos?

1.1.3.6 Fase aplicación

En esta fase las personas pueden explicar la manera en que se aplicará la vivencia de la dinámica en la vida cotidiana. De esta fase, se puede realizar una evaluación de la dinámica, puesto que los participantes ofrecerán información acerca de la utilidad de la dinámica, lo que servirá para la mejora del proceso (pp. 3-4).

1.1.4 Características de los grupos

Es necesario hacer una breve revisión acerca del concepto de grupo para así conocer sus principales características.

El grupo es la unidad básica en el estudio de la organización de los seres humanos desde el punto de vista socio-antropológico. Por lo tanto para estudiar a un grupo es necesario estudiar sus diferentes dimensiones con cierta aproximación interdisciplinaria (González, Monroy, & Kupferman, 2004).

Para Vivas, et al., (2009): “un grupo es esa estructura de vínculos y de relaciones entre las personas que se orientan en cada circunstancia en función de sus necesidades individuales sin olvidar las del colectivo” (p. 18). De acuerdo con este autor, se recalca que el grupo también está determinado por la carga afectiva existente entre sus miembros, al igual que las características comunes que los une como fines, metas u objetivos siendo propios y únicos.

Además, se debe recalcar que todos los grupos poseen este listado de características, Cirigliano (citado en López & Vizcaya, 2013) menciona las siguientes:

- **Conciencia de grupo:** los miembros se consideran como grupo, tienen una percepción colectiva de unidad
- **Un sentido de participación en los mismos propósitos:** los miembros tienen el mismo objetivo, metas o ideales.
- **Dependencia recíproca en la satisfacción de necesidades:** los miembros necesitan ayudarse mutuamente para lograr los objetivos.
- **Acción recíproca:** los miembros se comunican unos con otros.

- **Habilidad para actuar en forma unitaria:** el grupo puede comportarse como organismo unitario (p. 7).

1.1.5 Tipos de técnicas de dinámica de grupo

Primeramente, se debe considerar que la técnica de dinámica de grupo se refiere a cómo se organiza el trabajo de grupo por el educador o facilitador para lograr que este grupo alcance lo propuesto de manera eficaz (Bermúdez y otros, 2002, p. 36).

Estas técnicas constituyen herramientas de trabajo que el facilitador puede y debe usar al cumplir sus funciones, para lo cual se deben tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Características del grupo con el que se trabaja
- Objetivos a alcanzar en la sesión
- Temática que se vaya a trabajar
- Relación de la sesión con las anteriores y las que siguen
- Propuestas hechas por el grupo participante

Para Bermúdez et al. (2002) las técnicas se agrupan de la siguiente manera:

1.1.5.1 Técnicas de presentación

Estas técnicas permiten al facilitador presentarse como un integrante más del grupo, además de permitir a los miembros conocerse; también pueden ser utilizadas para animar la dinámica del grupo, así como para que el facilitador extraiga información acerca de las características, la interacción y la comunicación del grupo.

1.1.5.1.1 Presentación por parejas

Objetivo: permitir al coordinador conocer información sobre los integrantes del grupo que considere necesario, además de que los miembros conozcan de cada uno de los miembros características que eran desconocidas.

Utilidad: con esta dinámica se sientan bases para comenzar el trabajo con el grupo, en medida que proporciona un conocimiento del grupo, de cada integrante, de su comunicación y de las relaciones interpersonales.

1.1.5.1.2 La telaraña

Objetivo: permitir que los miembros del grupo se conozcan a la vez que estos se integran e interactúan entre sí.

Utilidad: es necesario crear un clima de confianza y distensión al inicio de la interacción

1.1.5.2 Técnicas de relajación

Estas técnicas permiten que los miembros liberen tensiones y aprendan a relajarse en pocos minutos. En este tipo de técnicas, se requiere que el facilitador utilice un tono de voz pausado y que tome todo el tiempo disponible más aun cuando las aplica por primera vez.

1.1.5.2.1 Ejemplo básico

Objetivo: reducir los niveles de ansiedad en un grupo además de provocar un ambiente más relajado y tranquilo en el grupo.

Utilidad: esta técnica puede ser utilizada cuando el grupo esta tenso y ansioso. Puede utilizarse al inicio o al final de la sesión.

1.1.5.2.2 El avión

Objetivo: conducir al alumno a un estado de descanso mediante una posición inmóvil durante un periodo de tiempo.

Utilidad: es necesaria cuando los estudiantes se muestran tensos o cansados, tratando de que estos se relajen y jueguen de una manera ordenada y respetuosa.

1.1.5.3 Técnicas de animación y concentración

Estas técnicas tienen como principal objetivo primordial crear un ambiente fraterno y de confianza a través de la participación de los miembros del grupo en las actividades propuestas.

1.1.5.3.1 Mar adentro mar afuera

Objetivo: buscar animar el grupo

Utilidad: es útil cuando el facilitador perciba que el grupo está cansado o tedioso, ya que ayuda a crear un ambiente alegre y relajado.

1.1.5.3.2 El correo

Objetivo: buscar animar al grupo y potenciar la atención-concentración

Utilidad: resulta útil ya que ayuda a crear un ambiente más relajado y a superar la dispersión.

1.1.5.4 Técnicas para trabajar contenido temático

Este tipo de técnicas permite trabajar las temáticas en distintas sesiones por el grupo.

1.1.5.4.1 Técnicas de abstracción y análisis general

Su objetivo primordial es el desarrollo de la capacidad de abstracción, síntesis y análisis.

- **Cadena de asociaciones**

Objetivo: permitir ejercitar la abstracción y la asociación de conceptos, además de permitir analizar diversas interpretaciones que pueden darse acerca de un término partiendo de las experiencias concretas de la gente.

Utilidad: es conveniente utilizar al inicio de la temática para conocer lo que el grupo entiende por determinada palabra.

- **Palabras claves**

Objetivo: permitir sintetizar o resumir los aspectos centrales de una idea o un tema

Utilidad: esta técnica resulta de gran utilidad para comprobar el conocimiento alcanzado por el grupo sobre la temática tratada; el facilitador necesita conocer la información que poseen los participantes.

1.1.5.4.2 Técnicas de comunicación

Estas técnicas tienen como objetivo principal valorar la importancia del proceso de la dinámica para las relaciones directas entre las personas y en la sociedad en general.

- **Las botellas**

Objetivo: analizar la importancia de la organización y coordinación para ejecutar la actividad.

Utilidad: presenta un gran valor educativo, puesto que su aplicación contribuye a sentar las bases para desarrollar un trabajo organizado y planificado con el mismo.

- **Las islas**

Objetivo: valorar la importancia de la comunicación para lograr la unidad de criterios en el grupo, también diagnostica el desarrollo de la personalidad de los miembros del grupo en cuanto a normas, prejuicios, estereotipos y actitudes.

Utilidad: esta técnica sienta los puntos para el futuro trabajo con el grupo en general, pues permite ver los diferentes criterios y aspectos que pueden crear ruidos en la comunicación.

1.1.5.4.3 Técnicas de dramatización

Estas técnicas permiten al facilitador trabajar diferentes temas a través de su expresión escenificada, con la utilización del lenguaje verbal, corporal, gestual y facial.

- **El sociodrama**

Objetivo: permitir mostrar elementos para el análisis de cualquier tema basándose en situaciones o hechos de la vida real.

Utilidad: esta técnica se considera útil cuando al inicio del tema, se desea saber el conocimiento que tienen los miembros del grupo sobre el mismo.

- **El juego de roles**

Objetivo: analizar las diferentes actitudes y reacciones de la gente frente a situaciones o hechos concretos.

Utilidad: esta técnica puede utilizarse para aclarar problemas o situaciones que ocurren en el interior del grupo.

1.1.5.5 Técnicas de cierre

Estas técnicas tienen como objetivo permitir que el grupo valore hasta qué punto los objetivos fueron cumplidos, así como el desarrollo del propio proceso grupal. También brindan al facilitador un medio de comprobar cuanto ha avanzado el grupo en la consecución de la tarea.

1.1.5.5.1 El P.N.I. (Lo positivo, lo negativo y lo interesante)

Objetivo: permitir al facilitador conocer cuales aspectos positivos, negativos e interesantes ha encontrado el grupo en la temática tratada, en la sesión realizada o en el grupo de sesiones en general.

Utilidad: contribuye a la creación de conciencia para poder evaluar el proceso, el facilitador y los participantes.

1.1.5.5.2 El completamiento de frases

Objetivo: recoger la opinión de cada integrante con respecto a los resultados de trabajo grupal realizado.

Utilidad: permite analizar al facilitador y al grupo los aspectos que más han impresionado a los participantes, que inquietudes quedan en el grupo después de todo lo que se ha hecho y como ha sido el desempeño, que se ha alcanzado y que falta de un proceso de reflexión posterior (pp. 36-77).

1.1.6 El papel del facilitador en la dinámica de grupo

Antes que nada, se debe definir lo que es un facilitador, para López & Vizcaya (2013), “El facilitador, es aquella persona que guía al grupo durante la intervención preventiva”.

Entre sus funciones se encuentran:

- Coordinar el proceso general del grupo.
- Ayudar al grupo a identificar sus propias necesidades, a proponerse un objetivo, así como evaluar lo realizado.
- Cuidar el trabajo grupal en función del objetivo a cumplir con la intervención.
- Motivar a los integrantes del grupo en función del objetivo a lograr (p.11).

Como sabemos trabajar en grupo permite mejorar las habilidades sociales de diálogo, facilitar la comunicación, y la capacidad de participar, fomentando la cooperatividad e integración de la diversidad de opiniones e ideas en el logro de un objetivo común; es por ello que existen ciertas orientaciones que el facilitador debe considerar:

- ✓ Conocer la metodología de los proyectos implementar con la población.
- ✓ Utilizar las tecnologías que apoyen a los procesos de interacción grupal.
- ✓ Considerar las técnicas y el material didáctico a utilizar previo al desarrollo de las sesiones.
- ✓ Determinar los objetivos de la intervención y un encuadre general de las actividades a realizar en las diferentes sesiones.
- ✓ Escuchar las opiniones de los participantes y tomarlas en cuenta durante el desarrollo de la sesión.
- ✓ Emplear palabras o términos que vayan de acuerdo a la población con la que se realiza la intervención.
- ✓ Fomentar la interacción entre todos los participantes para que se conozcan, intercambien ideas, intereses y expectativas, propiciando un proceso de participación horizontal.

- ✓ Desarrollar actividades que sirvan para despertar el interés y deseos de participación en los integrantes del grupo.
- ✓ Los miembros de un grupo, deben tener la sensación de que trabajar en grupo es un método agradable de socializar las temáticas a implementar en el desarrollo de las sesiones.
- ✓ Propiciar en los participantes un proceso de reflexión sobre la utilidad que tienen los conocimientos e información que se proporciona en cada sesión de trabajo (pp.12-13).

A modo de conclusión, se señala que el facilitador de una pieza fundamental en la dinámica grupal, puesto que ayuda a entender los objetivos comunes facilitando las herramientas o técnicas para poder llegar a la consecución de los mismos.

1.1.7 Dinámicas grupales y su relación con el desarrollo de la autoestima

Son dinámicas enfocadas a desarrollar, potenciar, fomentar o fortalecer la autoestima de los estudiantes, poniendo especial énfasis en el reconocimiento de habilidades, características y cualidades propias, además de la identificación de las mismas en el resto de participantes.

Se debe tener en cuenta que este tipo de dinámicas toma en consideración los siguientes puntos:

- ✓ Debe favorecerse el desarrollo de un clima de confianza, participación y respeto entre todas las personas del grupo.
- ✓ Es conveniente explicar al alumnado el sentido de las actividades y escucharlos aceptando opiniones diferentes.
- ✓ Trabajar en círculo facilita la interacción entre todas las personas que participan.

- ✓ La evaluación del desarrollo de cada dinámica es un elemento importante. Al finalizar cada una de ellas debemos realizar una puesta en común en torno a cómo nos hemos sentido, qué nos ha resultado más positivo y qué nos ha gustado menos.

Como lo menciona Johnson citado en (Briceño & Torrejón, 2010), este tipo de dinámicas propician:

- La interdependencia positiva, es decir el participante se preocupa por el desarrollo grupal y por el suyo propio.
- La promoción grupal, en la obtención de logros y también en la realimentación que el grupo haga a cada uno de sus miembros.
- Incremento del nivel de autoestima
- El aprender a colaborar, cambiar la competitividad por el aprendizaje colectivo
- El aprender a convivir en grupo, es decir, a asegurar relaciones entre los miembros
- Se aprender a hacer consensos
- Autoreconocerse como grupo
- Aprender a trabajar sin que el docente este controlando a cada momento la situación (pp.12-13).

Cuando los niños se encuentran inmersos en una dinámica lúdica, están imaginando, inventando, creando y explorando con todos sus sentidos su mundo alrededor, pues Briceño & Torrejón (2010) mencionan que, usando las dinámicas como herramienta didáctica, los niños desarrollarán:

- ✓ Seguridad en sí mismos.
- ✓ Autocontrol

- ✓ Manejo de la ansiedad y la agresividad.
- ✓ Aprenden a trabajar en equipo.
- ✓ Aprender a ser más solidarios y menos egocentristas.
- ✓ Mejorar el ambiente en el aula.
- ✓ Tomar conciencia del otro (p.13).

En esta parte, es importante delimitar cuáles serán las dinámicas grupales a utilizar para la realización de la propuesta de intervención, puesto que, existe una gran variedad de ellas. Las dinámicas de grupo que se ejecutarán son las que están enfocadas a la cohesión grupal y a la confianza, al conocimiento de sí mismo y de los participantes, a la resolución de conflictos y a la comunicación, al trabajo en equipo y la cooperación.

Por otro lado, se descarta el uso de las dinámicas que fomentan la competencia entre los integrantes, la exclusión o que involucren el denigrar a cualquier participante o persona en general.

Aclarado esto, entre las dinámicas que se utilizarán para el desarrollo adecuado de la autoestima, tenemos las principales:

1. La telaraña

Objetivo: Iniciar el reconocimiento de las principales características de los miembros del grupo, de modo que aporte a la interacción grupal.

2. El círculo

Objetivo: aprender a observar y valorar las cualidades positivas de otras personas.

3. Yo en un futuro

Objetivo: hacer conscientes a los alumnos de que la realización de sus proyectos futuros, depende, en gran medida, de ellos mismos.

4. Juego del foco

Objetivo: aprender a reconocer cualidades positivas en los miembros del grupo.

5. ¿Quién soy yo?

Objetivo: ayudar a los integrantes del grupo a trabajar sobre el autoconcepto

6. Pensamientos positivos

Objetivo: demostrar que es aceptable expresar oralmente cualidades positivas que los integrantes poseen.

7. El entierro del no puedo

Objetivo: Tomar conciencia de los pensamientos y frases negativas que utilizamos y tener más confianza en sí mismo.

8. Acentuar lo positivo

Objetivo: Lograr que las personas puedan derribar las barreras impuestas por ellas mismas debido a que no les permiten tener un buen concepto propio; mejorar la imagen de ellas mismas mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales.

9. Bote salvavidas

Objetivo: Identificar los sentimientos involucrados en un valor particular

10. Como expreso mis sentimientos

Objetivo: aprender a describir y a expresar emociones y a establecer conductas deseadas.

11. Un mundo diverso

Objetivo: aprender a aceptar al resto de personas sin importar sus características físicas, o intelectuales.

12. Un paseo por el bosque

Objetivo: Favorecer el conocimiento propio y de los demás, además de mejorar la confianza y la comunicación del grupo.

13. Dar y recibir afecto

Objetivo: Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afecto.

14. Alabanzas

Objetivo: desarrollar conciencia acerca de nuestros propios logros

15. El espejo

Objetivo: Promover que los participantes se descubran y se redescubran, además de posibilitar el reconocimiento de uno mismo encontrando el sentido en su situación vital actual.

16. Elogios por escrito

Objetivo: fortalecer la autoimagen de los participantes a través de la expresión emocional escrita.

17. Mi situación actual

Objetivo: Ayudar a los participantes a descubrir cuál de las cuatro áreas de vida les es de mayor significado en el momento actual, para poder elaborar objetivos, actividades y necesidades de cambio dentro de su situación actual en cada área.

18. La cajita mágica

Objetivo: concienciar a los participantes sobre la importancia del amor propio, de la autoconfianza y de la autoestima, así mismo demostrar que son valiosos, únicos e irrepetibles.

19. Diccionario de emociones

Objetivo: identificar, conocer y clasificar emociones que regulan nuestro autococimiento.

20. Doble personalidad

Objetivo: Concientizar acerca de la naturaleza cambiante de la autoestima.

21. El árbol de mi estima

Objetivo: Identificar y reafirmar las virtudes propias

22. Los voluntarios

Objetivos: Desarrollar una conciencia de sí mismo y de sus sentimientos; así mismo desarrollar sensibilidad y percepción acerca de las demás personas y del mundo en torno a sí.

23. Juegos de aros

Objetivo: Ver cómo se encuentra las motivaciones de afiliación poder y logro en los participantes.

24. Juego de las estrellas

Objetivo: conocer y diferenciar a cada miembro del grupo por sus habilidades, virtudes y destrezas

25. Me gusta ser como soy

Objetivo: reconocer mis características físicas, amarlas y respetarlas

1.2. La autoestima

1.2.1 Definición

Para Coopersmith citado en (Broch, 2014) “Es la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación e indica el grado en

el que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso” (p. 6). En este sentido, la autoestima es un sentimiento evaluativo, puesto que expresa una valoración acerca de rasgos o características, físicas, psicológicas y emocionales que cada persona tiene sobre sí mismo pudiendo de esta manera aceptarlas y respetarlas.

Del mismo modo Woolfolk (2006) menciona que la autoestima “es el valor que cada uno de nosotros da a sus propias características, habilidades, y conductas” (p. 71). Es decir, otorgar valor a las características individuales de sí mismo, siendo esta valoración positiva o negativa, es decir emitir un juicio personal.

Por otro lado, para Acosta y Hernández (2004) la autoestima es:

Un sentimiento valorativo de nuestro ser, de quiénes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y se puede mejorar. Está relacionada con el desarrollo integral de la personalidad en los niveles: ideológico, psicológico, social y económico. (p. 82)

1.2.2 Evolución histórica

Es en la década de los 80' en donde el término autoestima cobra fuerza con la publicación del libro *Principios de la Psicología* de William James (1890) citado en (Monbourquette, 2002), en donde se encuentra el primer esfuerzo por definir a la autoestima, el cual mencionaba lo siguiente: “La estima que sentimos por nosotros depende enteramente de lo que pretendemos ser y hacer”. James evaluaba la autoestima de una persona partiendo de sus éxitos concretos confrontados con sus aspiraciones, es decir, cuando una persona tenía pretensiones elevadas y no lograba satisfacerlas mayor era el sentimiento de fracaso que experimentaba. (p. 17).

A partir de esta publicación empezaron a publicarse cada vez más libros que hacían referencia a la palabra y se extendió el tema, además comenzaron a aparecer estudios más científicos.

Diversas investigaciones psicopedagógicas sobre la autoestima destacan la importancia de la misma para el pleno desarrollo dinámico de la persona. Nathaniel Branden citado en (Izquierdo, 1989), pionero de la autoestima, al inicio de su carrera como psicólogo se interesó por detectar los efectos nocivos de la falta de autoestima como la ansiedad, la depresión, el fracaso escolar, el pobre rendimiento laboral, el miedo a la intimidad, el abuso del alcohol y de las drogas, la violencia familiar, la pasividad crónica, la codependencia, etc. Ante estos efectos pone énfasis en la autoestima como investigador y autor, publica “*Los siete pilares de la autoestima*” que es considerado como un clásico en la materia. (p. 20).

Por su parte, para Abraham Maslow citado en (Izquierdo, 1989) la autoestima es una teoría sobre autorrealización, alegando que cada uno de nosotros posee una naturaleza interna; también hace referencia a necesidades humanas (vida, inmunidad, seguridad, pertenencia, afecto, respeto, autoestima y autorrealización). Maslow establece que cada persona posee una naturaleza interna de base biológica que hasta cierto punto es natural, innata e inmutable es mucho más conveniente que esta emerja que ocultarla y sofocarla. Si se permite que este actúe como punto inicial de la vida el desarrollo será eficaz, saludable y fructífero. (p. 20).

Así mismo, Carl Rogers citado en (Monbourquette, 2002) identificó en la mayoría de los clientes en psicoterapia, la predisposición a no aceptarse como eran, e incluso a denigrarse. Rogers escribió al respecto “En la inmensa mayoría de los casos, se menosprecian y se consideran carentes de importancia e indignos de amor”, cada individuo tiene un yo positivo

pero se halla encubierto y oculto y sin poder desarrollarse; afirmó que la aceptación incondicional del cliente por parte del terapeuta permite que este aprenda a aceptarse tal y como es y a amarse incluyendo a sus debilidades, entonces la principal meta que persigue inconscientemente el individuo es llegar a ser el mismo. (p. 19)

1.2.3 Niveles de autoestima

De acuerdo con Coopersmith citado en Naranjo (2007) plantea distintos niveles de autoestima, puesto que cada persona puede reaccionar de distinta forma frente a similares situaciones, menciona las siguientes:

1.2.3.1 Autoestima alta

Nivel de autoestima deseable para que la persona llegue a sentirse satisfecha en la vida, que sea consciente de su valía y de sus capacidades para que pueda enfrentarse a los inconvenientes de forma resolutiva. Para Piaget, esta autoestima se encuentra constituida por dos importantes sentimientos: la capacidad y el valor; dos aspectos que derivan en la confianza, el respeto y el aprecio que una persona tiene de sí misma. Se mencionan algunas de sus principales características:

- Son personas asertivas.
- Expresivas
- Éxito académico y social.
- Confianza en sí mismo.
- Esperan el éxito siempre.
- Consideran que su trabajo es de alta calidad.
- Mantienen expectativas altas respecto a futuros trabajos.

- Tienen creatividad.
- Poseen autorespeto.
- Sienten orgullo de sí mismos.
- Tienen metas realistas y caminan hacia ellas.

1.2.3.2 Autoestima media

Este nivel de autoestima supone cierta inestabilidad en la percepción de uno mismo. Las personas con este nivel de autoestima en algunos momentos se sienten capaces y valiosas, pero en ocasiones van a sentir lo opuesto sintiéndose totalmente inútiles en basándose principalmente en la opinión que tienen los demás de él. Piaget llama a esta autoestima como relativa que oscila entre sentirse apta o no apta, valiosa o no; son incoherencias que se encuentran en personas que a veces se sobrevaloran demostrando una autoestima confusa. Se presentan algunas de sus características:

- Son personas expresivas.
- Dependen de la aceptación social.
- Suelen ser independientes y maduras a la hora de tomar una decisión.
- No se dejan manipular por los demás.
- Aceptan críticas positivas.
- Compasivas y pacientes.
- Tienen dudas sobre sus valías.
- Tienen inestabilidad.

1.2.3.3 Autoestima baja

Las personas que poseen este tipo de autoestima no creen en sus capacidades y no valora en lo absoluto sus cualidades, tienen mucha inseguridad que la transmiten en cualquier

circunstancia, tienden a sentir miedo al fracaso y a creerse infelices. Siguiendo a la Piaget, indica que es un sentimiento de inferioridad e incapacidad personal, de dudas con respecto a uno mismo también de culpa por miedo a vivir con plenitud, se mencionan las características principales de las personas con baja autoestima:

- Son personas desanimadas.
- Deprimidas
- Aisladas
- Se consideran poco atractivas.
- Tienen dificultades para expresarse y defenderse.
- Tienen miedo de provocar que los demás se enfaden.
- Se sienten débiles para vencer sus deficiencias.
- No pueden tolerar ansiedades o cualquier situación que se torne difícil (pp. 13-15).

1.2.4 Componentes de la autoestima

De acuerdo con Mendoza (2018) es necesario describir y conocer ciertos componentes más importantes de la autoestima para desarrollar y fortalecer el amor propio. Estos aspectos son:

1.2.4.1 Autoconcepto

Es el aspecto más importante en donde se fundamenta la autoestima, pues se refiere a todas las creencias, opiniones o impresión que se tiene sobre sí mismo, es decir, las percepciones o pensamientos que se tiene sobre las propias capacidades, características o cualidades. El autoconcepto se define en términos de creencias, juicios y pensamientos; éste se

desarrolla a lo largo de los años a partir de las relaciones interpersonales, tiene una base real y en otros casos no.

Para Harter citado en (Papalia et al., 2009) los niños incorporan a su autoimagen las percepciones que otros reflejan hacia ellos. En la primera infancia los lactantes empiezan a extraer patrones conscientes que forman patrones rudimentarios del yo y del otro. Depende del tipo de cuidado que recibe el lactante y como responde ante él, las emociones placenteras o desagradables empiezan a relacionarse con las experiencias que representan un papel importante en el concepto del yo (p.255).

1.2.4.2 Autoconocimiento

Es de vital importancia conocerse a sí mismo para el amor propio, ya que es la concepción que se tiene sobre uno mismo, es el fundamento para generar una evaluación y valoración objetiva para saber quién se es y que saber de qué se es capaz. Cuando una persona aprende a conocerse es cuando en realidad vive, pues ciertamente no se puede vivir con algo que se desconoce de uno mismo mucho menos emplear capacidades, recursos o habilidades desconocidas sobre uno mismo.

El autoconocimiento es el fundamento para la propia aceptación, pues este influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación, la satisfacción con uno mismo, el éxito o fracaso que tengamos en las relaciones con los demás, contribuye a la salud y al equilibrio psíquico, y a la comprensión del mundo.

1.2.4.3 Autoconfianza

Es uno de los pilares básicos de la autoestima, se refiere a creer en sí mismo, saber que se puede lograr lo que se proponga y que se cuenta con los recursos necesarios para cumplir metas

u objetivos propuestos. Se debe recalcar que la autoconfianza no se refiere a una creencia irracional y fantasiosa de que todo lo puedo, sino en el conocimiento de sí mismo y también conocer cuáles son las limitaciones y aspectos en los cuales se debería trabajar para poder cumplir con las metas fijadas. Confiar en uno mismo involucra saber quién soy y quien no soy, confiando siempre en que se es capaz de ser.

1.2.4.4 Autoimagen

Se refiere a gustarse a sí mismo, es decir, saber cómo me veo y que tanto me gusto y me agrado; se refiere a varios aspectos, el primero es el aspecto físico que implica mirarse y saber que se cuenta con una belleza propia y única sabiendo que al resto puede gustarles o no, el segundo es la actitud que involucra tener una actitud agradable y atractiva para consigo mismo y también para con el resto.

1.2.4.5 Autoaceptación

El último aspecto fundamental de la autoestima es la aceptación de sí mismo, pues resulta indispensable aceptar todos los aspectos que nos componen, amar y respetar todo lo que uno es tanto las limitaciones como los defectos.

1.2.5 Importancia de la autoestima en la niñez

Como se sabe, la autoestima impacta en todos los aspectos la vida de los niños volviéndola un factor fundamental en el desarrollo ya que permite adaptarse a un mundo que cada vez es más complejo, competitivo y lleno de desafíos. Por esto, Papalia et al. (2009), indica que primeramente para que el niño se conozca a sí mismo debe notar y darse cuenta que es un ser diferenciado del resto, que es otra persona distinta de los demás que lo rodean y con el desarrollo de su autonomía puede lograrlo; es decir, que el niño se vuelva gradualmente independiente de

los adultos, realizando acciones propias en su etapa evolutiva lo cual tiene como consecuencia el desarrollo de su autoconocimiento. (p. 255).

Por otro lado, el desarrollo de la autoestima depende de varios factores como la primera experiencia formativa del niño, que se desarrolla dentro del ámbito familiar y en la escuela; es aquí en donde el profesorado puede definir ciertos tipos de estrategias y técnicas para trabajar la autoestima en casa con la familia.

Para Zamora (2012) la autoestima es una necesidad de vital importancia para el ser humano, ya que cumple un rol protector de salud mental, es básica y contribuye especialmente al proceso de la vida. Es indispensable para el desarrollo moral, tiene valor de supervivencia y su ausencia afecta al correcto funcionamiento del ser humano. (p. 9).

Refiriéndonos a la importancia del desarrollo de la autoestima en los niños, Broch (2014), alude que es recomendable trabajar de forma adecuada con el uso de diferentes actividades para que los alumnos vayan construyendo su autoestima ya que su desarrollo:

- ✓ Establece el núcleo de la personalidad.
- ✓ Ayuda a superar problemas personales y a enfrentar las dificultades.
- ✓ Hace que seamos más responsables.
- ✓ Ayuda a que aumente la creatividad.
- ✓ Establece la autonomía personal.
- ✓ Facilita relaciones sociales saludables (p. 8).

Cabe señalar que, en la etapa de la niñez, las personas más importantes en el desarrollo y formación de la autoestima son los padres, profesores, amigos, compañeros y por supuesto, la valoración que se recibe de ellos, esencialmente si estos son significativos para desarrollo del

niño propiamente dicho; por otra parte, las experiencias de éxito y fracaso y la manera de interpretar estas situaciones también favorecen a la configuración de la autoestima.

1.2.6 Proceso de formación de la autoestima

Como lo menciona Papalia, Wendkos & Duskin (2009) en general a los ocho años es cuando los niños manifiestan un concepto de su propia valía, pero frecuentemente a través de su comportamiento demuestran que tienen un autoconcepto. Antes del cambio de los cinco a los siete años, la autoestima de los niños no está basada en la realidad si no en los juicios que los adultos hacen sobre ellos. Por lo general la autoestima en la segunda infancia tiende a ser absoluta (“soy bueno” o “soy malo”), no es hasta la tercera infancia que se vuelve más realista a medida que las percepciones personales comienzan a obtener forma y a conservar la valía propia (p. 327).

Siguiendo a Papalia et al. (2009), en los niños, la autoestima es el nivel de satisfacción que tienen consigo mismos. Las personas no nacen con un concepto propio, sino que éste se va formando en medida que el niño se va relacionado con su ambiente mediante la internalización de experiencias físicas, psicológicas y sociales que adquieren durante su desarrollo. (p. 328)

Los padres son como espejos para sus hijos a partir de donde el niño va construyendo su propia identidad. En la edad infantil los padres son las personas más importantes para ellos, por eso la imagen que el niño cree que tienen de él es muy significativa.

A medida que el niño va creciendo, adquiere un mayor conocimiento del mundo exterior, ampliando su relación con otros familiares, compañeros, maestros, vecinos, etc. Cobra gran importancia lo que éstos digan y opinen sobre él para el desarrollo de su autoestima.

Seguendo a Llaca et al. (2006a) indica etapas de vital importancia para el desarrollo de la autoestima, entre estas, menciona:

1.2.6.1 Nacimiento y desarrollo de la autoestima

Antes de nacer, cuando el bebé aún está en el vientre materno es de vital importancia conservar un ambiente de armonía, paz y tranquilidad; puesto que el bebé capta perfectamente el estado de ánimo no solo de la madre sino también del padre y del resto de personas cercanas a su medio. También, es necesario hacerle saber al bebé, aun antes de que nazca, que es un niño deseado con gran ilusión, que es comprendido y amado.

La madre en el embarazo, aparte de cuidar su alimentación, igualmente debe rodearse de experiencias agradables y de sensaciones satisfactorias. Los autores mencionan que la madre debe escuchar música relajante mientras se acaricia el vientre con tiempo y afecto, así cuando el bebé nazca, resultará más difícil que pierda su autoestima.

Cuando el bebé nace, se establece un vínculo estrecho entre el recién nacido y sus progenitores, especialmente con su madre. Es así como se va a fomentar una relación va a favorecer el inicio de la autoestima. Tras el estresante proceso de nacimiento, el bebé solo puede comunicarse a través del llanto, para disminuir de alguna forma esta angustia, tanto el padre como la madre deberán estar con él todo el tiempo que sea posible haciéndolo sentir acompañado, amado y que es un ser valioso. Hay que evitar que gritos o discusiones y hacer lo necesario para que el bebé este rodeado de un ambiente tranquilo y amoroso.

Para los bebés son realmente importantes las caricias por el contacto físico y también a través de palabras amorosas, de forma constante para que sienta el amor y los cuidados de sus padres;

además de sonreírle en todo momento, puesto que la sonrisa es una muestra de aceptación y es una manera de hacerle saber que los hace felices. (pp. 395-397)

1.2.6.2 Los primeros intentos

Después de dejar el pecho materno y los biberones, Llaca et al. (2006b) señala que el bebé intentará valerse por sí mismo, intentará llevarse la cuchara a su boca imitando a los adultos; ensuciará todo donde estuvo sentado, pero es importante permitirselo y dejar que aprenda; el aprendizaje forma parte del crecimiento y nadie puede detenerlo. Cuando el niño después de varios intentos fallidos, tenga avances se debe felicitarlo, halagarlo y decirle lo feliz que se siente porque es un niño grande y sabe cómo comer en la mesa cuando algo le salga mal, que al inicio será frecuentemente, no se debe de regañarlo; por el contrario, solo se le debe indicar la forma correcta de hacerlo.

Es necesario mantenerse sereno y tranquilo, no solo parecerlo, el bebé capta el cansancio, el nerviosismo y el mal humor de sus cuidadores, haciéndolo sentir incómodo y culpable, aspectos que no favorecerán al buen desarrollo de su autoestima. (pp. 397-398)

1.2.6.3 Los primeros pasos

Como lo indica Llaca et al. (2006c), posterior a algunos meses, el bebé quiere dejar su cuna y los brazos maternos para gatear, los padres deben demostrar la felicidad de que es un paso más en el desarrollo de su bebé, aplaudir cada logro y animarlo a que alcance más metas. Es una etapa en la que se debe tener mayor cuidado y atención, ya que el niño con facilidad puede lastimarse.

Cuando por estar explorando su medio, el niño rompió o derribó algo es importante no gritarlo o regañarlo, los padres deben comprender que su bebé apenas está aprendiendo a controlar su cuerpo. Se debe hablar con él y el bebé entenderá.

Al inicio, al bebé le resultará difícil dar sus primeros pasos, por lo que deberá sostenerse de algunos muebles, aquí es indispensable la ayuda de sus padres, apoyándolo y animándolo a que siga de pie y empiece a caminar. Cuando el bebé se caiga, sus padres deben levantarlo y estimularlo para que continúe, evitando decirle que ya no lo intente porque se puede lastimar ya que esto solo favorecerá su miedo y debilidad.

Cuando el bebé ya puede caminar sin ayuda, estará descubriendo valores importantes como la libertad y la independencia; no se cansará de explorar todos los rincones de la casa, por esto resulta necesaria la vigilancia constante de sus padres, ya que algunos lugares pueden resultar peligrosos.

Una forma de ayudar a elevar su autoestima es pedirle que ayude en algunas tareas del hogar, en medida de sus fuerzas, de su capacidad y comprensión; esto lo hará sentirse grande y valioso. (pp. 399- 401)

1.2.6.4 Las primeras palabras

Como sabemos, uno de los principales atributos que diferencian al ser humano de los animales es el uso de la palabra, pues por medio de esta manifestamos ideas, nos comunicamos y expresamos nuestros sentimientos. Llaca et al. (2006d), manifiesta que en esta etapa el niño ya no solo se comunica por el llanto y la risa, sino que también a través de la articulación de ciertas palabras; es importante que los padres apoyen al pequeño haciéndole saber lo contentos

que se sienten porque ha dicho su primera palabra, hay que motivarlo para que cada vez pronuncie más palabras, pero se debe tener cuidado en no deformar el lenguaje.

Algunas personas piensan que hablar con palabras deformadas y cortadas es lo correcto porque ubica el nivel de su lenguaje a la altura del que emplea para el niño, esto es poco aconsejable ya que se está desorientando su recién adquirida habilidad y retrasando el momento que pueda hablar correctamente. (pp. 401-402).

1.2.6.5 La primera separación

Llaca et al. (2006e) indica que el niño, por un largo tiempo ha permanecido en su mundo, que le es conocido, acompañado por sus padres; llega el momento en que tienen que separarse de este entorno para asistir a “jardín de niños”, estarán otros niños y otras personas desconocidas. La expectativa puede llegar a ser turbadora y atemorizante.

Se le debe mencionar al niño con entusiasmo y alegría que como ya es un niño grande es tiempo de que asista a la escuela, que ahí conocer otros niños como él, que serán sus amigos y que también estarán maestras muy cariñosas y amables que lo atenderán y estarán pendientes de que se sienta bien. Es necesario ser cuidadoso en no hacerle sentir que la escuela es algo obligatorio, sino como un premio que él se merece por ser tan bueno y tan inteligente.

Es importante que cuando los padres estén haciendo la elección de la escuela primaria más adecuada para su hijo, el los acompañe para que vea la decoración de la escuela y como juegan los niños. Con esto se demostrará que esta nueva experiencia será divertida.

Cuando ya asista a la escuela, se le debe prestar mucha atención y entusiasmo en todo lo que converse y si no lo hace sus padres deben preguntar qué tal pasó y que cosas nuevas ha

aprendido. En esta etapa la comunicación del niño con sus padres es verdaderamente importante.

Si el niño empieza a tener curiosidad o hacer preguntas en cada instante, se debe responder con sencillez y veracidad sin entrar en detalles minuciosos ya que en lugar de despejar sus dudas se confundirá. No es favorable ignorar sus preguntas o decirle que se calle, provocará que el niño se sienta rechazado y preferirá no preguntar nada más y buscar respuestas de otras fuentes.

En los preescolares el juego y la fantasía son las principales formas de expresión y elaboración de las imágenes que tienen los niños, se puede acceder sencillamente a su mundo interno y ayudarlos a valorarse compartiendo esas fantasías. Alrededor de los cinco o seis años es donde se empieza a formar el propio concepto a partir de como los ven sus mayores, sus compañeros, vecinos, amigos, etc.

En esta etapa toma gran importancia el rendimiento académico, las relaciones sociales y las actividades extra escolares como pertenecer a un club deportivo o de artes, etc. Es aquí en donde se centra sus desafíos estableciendo el tema del “éxito”, aquí los niños ya realizan comparaciones por sí mismos. Es favorable los niños exploren diversas actividades para que puedan fomentar aquello en lo que tienen más talento.

Es fundamental apoyar el desempeño escolar, puesto que el aprendizaje puede sobrellevar éxitos como fracasos. Se debe impulsar la motivación de logro, estimular y acompañar en los momentos en lo que parece que la situación se pone difícil; valorar el esfuerzo que realiza el niño ayudará a que se sienta más seguro y por ende tener una mejor autoestima. (pp. 403-406)

1.2.7 Causas de la falta de autoestima

Seguendo a Llaca et al. (2006f) existen diferentes causas de la baja autoestima por acontecimientos relacionados a la familia, a la escuela o a la comunidad. Los niños son muy vulnerables y a diario son afectados por pequeños sucesos que ocurren en las aulas o en las escuelas; estas experiencias negativas junto al miedo son los principales factores que pueden disminuir la autoestima.

Aunque el ser humano nace con su autoestima intacta, en ciertos casos, ésta se va perdiendo especialmente en los primeros años de infancia. En los niños, el temor es uno de los principales causantes de la falta de autoestima; como el temor a recibir un regaño, un castigo o un golpe, de reprobación exámenes, a ser tratados con desprecio, a ser objeto de burlas o de bromas pesadas y crueles o temor a hacer el ridículo.

Es preciso señalar, que la mayoría de estos temores tienen su inicio en el hogar, es decir, contar con padres autoritarios, poco comunicativos, restrictivos, negligentes o que no sepan demostrar su amor a sus niños; será un factor primordial para que la autoestima vaya disminuyendo en la infancia. Pero otro de los factores desencadenantes es que exista un hogar disfuncional o mal avenido, aunque no existan golpes o gritos, los niños captan la falta de amor, la indiferencia, la tensión y el resentimiento entre sus padres.

En los divorcios, los niños sienten temor de perder al padre que se ha ido y lo peor de esto es que como el niño no comprende los motivos ni las razones de los adultos, él creerá que es el causante de la separación, esto provocará una pérdida significativa de su autoestima aparte de cargar con un sentimiento de culpa que le resultará difícil de superar.

La autoestima depende en gran medida de la educación que recibe el niño; el hogar y la escuela deben convertirse en espacios agradables en donde el niño tenga estimulación en su desarrollo y motivación para reflexionar y actuar.

1.2.8 Signos de falta de autoestima

Muchas de las veces los niños muestran actitudes temerosas, tímidas o violentas las cuales pasan desapercibidas por sus padres atribuyendo estos comportamientos a diferentes causas, sin percatarse que el verdadero problema radica en la falta de autoestima de sus hijos.

De acuerdo con Llaca et al. (2006g), se les debe prestar atención a los siguientes síntomas, puesto ya que los niños están exteriorizando el conflicto interior del rechazo que sienten consigo mismos:

- Se irritan fácilmente.
- Tienen pocas habilidades sociales.
- Se muestran nerviosos ante personas desconocidas.
- Se chupan el dedo pulgar.
- Los invaden temores injustificados (el miedo a la oscuridad o a los fantasmas).
- Muestran problemas para concentrarse.
- Transpiran de manera frecuente sin causa alguna.
- Habitualmente están jugando con su pelo o retorciéndose los dedos.
- Muestran cierta dificultad para expresarse de forma oral, incluso pueden tartamudear.
- No tienen ánimo para comer.
- Se les hace difícil conciliar el sueño.
- Rechazan todo tipo de actividades y juegos que impliquen el interactuar con sus pares.

- Son exageradamente dependientes de sus padres.
- Tienen poco sentido del humor.
- Se muestra inseguro y no se atreve a hacer nada.

1.2.9 Estimulación de la autoestima en los niños

Siguiendo a María Broch (2014) se debe tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- Favorecer la madurez individual.
- Comportarse con modelos, ya que los niños imitan a los adultos.
- Ofrecer un tiempo de juego y conversación.
- El tiempo debe ser de calidad, libre de preocupación y el centro de atención debe ser el niño.
- Observar con detenimiento las características del niño.
- Conocer y diferenciar el potencial.
- Animar y motivar para que se desarrolle este potencial, a través de distintas actividades lúdicas, deportivas, académicas, etc.
- Ayudar a que se sientan especiales en algo.
- Valorar los progresos que consigan, mas no compararlos con los de alguien más.
- Colmar de cariño y afecto de manera incondicional.
- Estimar sus cualidades.
- Apoyar cuando algo le salga mal o sienta que va mal.
- Impulsar el desarrollo de las responsabilidades teniendo en cuenta la etapa de su desarrollo.
- Fomentar la toma de decisiones y la resolución de problemas.

- Proporcionarle libertad para que tome riesgo.
- Reforzar las conductas positivas que muestre.
- Poner límites claros y enseñar a pronosticar consecuencias.
- Ser permanente en la transmisión de reglas familiares.
- Evitar las descalificaciones personales y los insultos.
- Tratar con respeto.
- No exigirle perfección.
- Que escuche los comentarios positivos que se hacen de él, más no las críticas de familiares, amigos, etc.
- No permitir que ellos mismo se critiquen negativamente y de manera constante.
- Propiciarle de valores.
- Ser cautelosos en el propio comportamiento y actitud ya que se es modelo para el niño.
- Tener una escucha activa, poniendo atención en lo que dice y la forma en lo que hace para que el niño sepa que sus preguntas y opiniones son importantes.
- Los elogios que le hacemos deben ser específicos y sinceros centrándose en las cosas positivas y cotidianas que realiza.
- Felicitarlo por los logros obtenidos, teniendo correspondencia en lo que se dice con como lo dice.
- Reconocer el esfuerzo, el interés, mas no en los resultados que obtenga.
- Promover la expresión de sentimientos, emociones y afecto.
- Otorgarle la facilidad para que tenga relaciones sociales y amistades.
- No mentirle ni engañarle.
- Cumplir las promesas ofrecidas.

- Corregir le ayudara a que sepa lo que está bien y lo que está mal (pp. 9-10)

2. Diagnóstico

2.1 Definición

Para Sobrado (2005) el termino diagnóstico dentro del marco educativo y profesional “es un ámbito pedagógico que se caracteriza por realizar un proceso sistemático de recogida constante de información, de valoración y toma de decisiones respecto a una persona o grupo de ellas” (p.86).

Es decir que, a través de la recolección de datos significativos de los individuos estudiados se va a emitir juicios de valor comparativos del o los sujetos con otro grupo de personas o en diversas situaciones, y, eventualmente, tomar cierto tipo de decisión que conlleve a un plan de actuación para su cambio.

Así mismo, se debe recalcar que el proceso diagnóstico, no solo incluye métodos y técnicas de medición, sino también de evaluación. Pues, constituye el final del proceso informativo y el inicio de un proceso de intervención.

2.2 Objetivos del diagnóstico

Según Arriaga (2015) el objetivo del diagnóstico educativo no se trata solamente de atender las deficiencias de los sujetos y su recuperación, más bien plantear una consideración pedagógica; es decir, proponer sugerencias e intervenciones perfectivas, que pueden estar dirigidas hacia la situación en carencia para la corrección o recuperación y/o para situaciones que prevengan, desarrollen o potencien al sujeto o al grupo.

Por su parte, Marín y Rodríguez (2001) mencionan que el objetivo primordial del diagnóstico pedagógico es la comprensión y la explicación, además de la predicción. Para ello es importante:

- a. Analizar la situación del alumnado a través de:
 1. La exploración y recogida de información de una manera intencional
 2. La identificación y reconocimiento de las categorías o variables descritas en los marcos de referencia del diagnóstico pedagógico
 3. Descripción y registro de las variables mediante su representación.
 4. La explicación dando respuestas rigurosas al por qué de los fenómenos.
- b. Evaluar y valorar la información obtenida en el análisis estableciendo un juicio sobre la situación del alumnado.
- c. Predecir estableciendo un pronóstico sobre la evolución futura del alumnado (p.334).

2.3 Características del diagnóstico

Dueñas (2002) indica las siguientes características:

1. El diagnóstico pedagógico es un proceso en el que resulta difícil marcar el final de la intervención.
2. En el diagnóstico pedagógico es el profesorado quien señala el problema.
3. Se realiza en todo un contexto por lo que implica a toda la comunidad educativa.
4. Se centra en el conocimiento del estudiante. Trabaja sobre personas que están inmersas en una situación de enseñanza-aprendizaje.
5. Intenta modificar manifestaciones de los conflictos que se expresan en el ámbito escolar, en la familia o bien cualquier tipo de tratamiento externo.

6. Trata de acercar y conseguir comunicaciones funcionales y operativas entre dos sistemas fundamentales para el niño: la familia y la escuela.
7. En el diagnóstico pedagógico el pedagogo y el profesorado juegan un papel primordial (pp. 97-98).

2.4 Fases del diagnóstico

El diagnóstico es un proceso metodológico, riguroso y sistemático que debe seguir ciertas actividades y técnicas sucesivas, estructuradas e interrelacionadas al contexto y conocimiento del sujeto o grupo.

En cuanto a su aplicación, Arriaga (2015) menciona las siguientes fases:

- g. Recogida de información**
- h. Análisis de la información**
- i. Valoración de la información**
- j. La intervención**
- k. La evaluación del proceso diagnóstico**

En la realización del proceso diagnóstico para el presente trabajo investigativo, se realizó las siguientes actividades y se utilizó ciertas técnicas e instrumentos:

1. En la **recogida de la información**, se utilizó en primer lugar, un conversatorio y posteriormente tres tipos de encuesta.
 - a. **Conversatorio**: es una técnica informal que fomenta la información e intercambio de ideas, experiencias y visiones acerca de un tema u objetivo específico. El conversatorio se lo realizó con la principal autoridad de la institución, es decir, el

director del establecimiento, el cual, ofreció información primordial acerca de los problemas más comunes en la institución educativa.

- b. **Encuesta dirigida a los docentes:** instrumento que contiene una serie de preguntas utilizado para conocer una opinión, detectar un problema o recoger datos. Esta encuesta se centró específicamente en conocer cuáles son los problemas más comunes que los docentes detectan en el alumnado o cuales se presentan con mayor frecuencia.
- c. **Encuesta dirigida al docente:** en esta encuesta, las preguntas estaban dirigidas de manera concreta, al problema detectado con anterioridad, es decir, al conocimiento de las causas, frecuencia, como los estudiantes lo demuestran en clase y que hace el docente para combatir o frenar la problemática.
- d. **Encuesta dirigida al estudiante:** encuesta base para la investigación, con ella, se conoció de manera detallada, la frecuencia de la problemática en el salón de clase. Además, se identificó las áreas más afectadas en las cuales se trabajará con la intervención psicopedagógica.

De igual forma, para corroborar la información y obtener datos verídicos y válidos, se procedió con la aplicación de un reactivo psicológico, logrando de esta manera, la obtención de datos cuantitativos referente al problema de investigación.

- 2. En el **análisis de la información:** en este apartado, se procedió con la tabulación respectiva de las encuestas dirigidas a los docentes y la encuesta dirigida al estudiante, teniendo como resultado la problemática general del estudiantado y la frecuencia o nivel con que esta se presenta.

3. En la **valoración de la información**: se valora si la información obtenida es válida, en otras palabras, evaluar la información recogida, las fuentes de información, las técnicas e instrumentos utilizados y las condiciones en que fueron aplicados dichos instrumentos.
4. En la **intervención**: se procede con la planificación de la propuesta interventiva y la aplicación de la misma, tomando en cuenta factores y ámbitos primordiales que fueron detectados como problema en las anteriores fases.
5. En la **evaluación del proceso diagnóstico**: se procede con la introspección de lo realizado, si fue ejecutado en las mejores condiciones, tanto del personal directivo y docente de la institución y del estudiantado. Además, se debe comprobar si los datos de las diversas fuentes coinciden.

2.5 Elementos que intervienen en el proceso de diagnóstico

Como indica la ya mencionada autora Dueñas (2002), los elementos del diagnóstico pedagógico están relacionados con las características del alumnado. Éstos pueden ser:

a. Individuales

Se relacionan con todos aquellos factores que configuran la realidad total del individuo, como condiciones personales (físicas, sensoriales, intelectuales, personalidad, intereses, competencia curricular, estilo de aprendizaje, intereses, actitudes, adaptación al entorno, interacción entre iguales, etc.)

b. Contextuales

Se refieren al medio en el que se encuentra inmerso el alumnado y que influye en su desarrollo. Estos son:

- Ambiente familiar
- Ambiente educativo

- Ambiente social (p.98).

3. Planificación de alternativa

La planificación de la presente alternativa de solución se la abordará a través de talleres psicoeducativos, por ende, es necesario conocer todo lo referente al taller.

3.1 Taller psicoeducativo

3.1.1 Definición

Se entiende como taller psicoeducativo a una reunión que tiene una finalidad educativa de con un determinado número de personas, en donde su objetivo es la producción de ideas e instrumentos los cuales no pueden ser obtenidos en el exterior.

Como lo menciona Egg (1991) taller es una palabra que sirve para hacer mención a un lugar donde se trabaja, se elabora y se transforma algo para que este pueda ser utilizado; aplicando este término en pedagogía tenemos que; se trata de una manera de enseñar y sobretodo de aprender mediante la ejecución de algo que se llevará a cabo conjuntamente con todos los participantes o integrantes (p. 10).

Así mismo Herrera citado en (Abarca y Galicia, 2011) describe al taller psicoeducativo como “un tipo específico de intervención psicoeducativa, el que propicia una situación de enseñanza-aprendizaje y considera la importancia de la dinámica grupal como herramienta de cambio conductual, de actitudes, habilidades, percepciones, pensamientos, creencias o interacciones” (p. 53).

El concepto del autor anterior, sirve de cimiento en el presente trabajo investigativo, puesto que, pone transcendental importancia a lo que es la dinámica grupal, explicando que es el

principal método para lograr cambios significativos en los integrantes del grupo o el mismo en general.

3.1.2 El taller como estrategia didáctica

El taller como estrategia didáctica está constituido por una secuencia de actividades en donde se involucra a los participantes en un evento para el logro de sus fines. En el contexto de enseñanza-aprendizaje, cumple con un papel fundamental del establecimiento de relaciones significativas entre el docente y el alumno; así mismo, éste facilita la apropiación de conocimientos, habilidades y destrezas a partir de la realización de un conjunto de actividades por parte de los participantes.

La puesta en marcha del taller promueve el dialogo entre los participantes, la exposición libre de puntos de vista, la definición de propósitos comunes, las funciones de los miembros, las metas por alcanzar y los medios requeridos para lograrlo; fomenta también el despliegue de estrategias discursivas como el diálogo, la narración, la explicación y la argumentación, de acuerdo con los propósitos y acciones comunicativas a donde quiere dirigirse el taller.

De acuerdo con Egg (1991), el taller posee principios y supuestos los cuales se mencionan a continuación:

- a. *Es un aprender haciendo:* reemplaza el mero hablar recapitulativo y repetitivo en un hacer productivo en el que se aprende haciendo
- b. *Es una metodología participativa:* requiere de la participación activa, se debe aprender a desarrollar conductas, comportamientos y actitudes participativas; es una exigencia ineludible para el buen funcionamiento del taller

- c. *Es una pedagogía de la pregunta, contrapuesta a la pedagogía de la respuesta propia de la educación tradicional:* el conocimiento se produce esencial y casi exclusivamente en dar respuestas a preguntas
- d. *Es un entrenamiento que tiende al trabajo interdisciplinario y al enfoque sistémico: en el taller el abordaje tiene que ser globalizante:* la realidad no se presenta fragmentada de acuerdo a la clasificación de las ciencias o la división de las disciplinas académicas, sino de un todo interrelacionado.
- e. *La relación docente/alumno queda establecida en la relación de una tarea común:* el taller exige definir roles en donde: el docente o educador tiene la tarea de animación, estímulo, orientación, asesoría y asistencia técnica; y el alumno o educando es sujeto de su propio aprendizaje con el apoyo teórico y metodológico del docente, de la bibliografía y documentación de consulta que exija el taller.
- f. *Carácter globalizante e integrador de su práctica pedagógica:* la modalidad operativa del taller permite superar las disociaciones dicotómicas entre la teoría y la práctica, la educación y la vida, los procesos intelectuales y los procesos volitivos y afectivos, y el conocer y el hacer.
- g. *Implica y exige un trabajo grupal y el uso de técnicas adecuadas:* el taller es un grupo social organizado para el aprendizaje el que alcanza mayor productividad y gratificación grupal si se usa técnicas adecuadas.
- h. *Permite integrar en un solo proceso tres instancias, la docencia, la investigación y la práctica:* en el taller estos aspectos forman parte de manera global; la docencia se ejerce a partir de la situación enseñanza-aprendizaje, la investigación es la exigencia previa a la acción y la práctica son las tareas y actividades que se llevan a cabo (pp. 10-19).

3.1.3 Objetivos del taller

El taller cuenta con algunos objetivos o puntos a alcanzar en general, Maya (2007) menciona los siguientes:

- Suscitar y proporcionar una educación integral e integrar en el proceso de aprendizaje, el aprender a hacer y el hacer a ser
- Realizar tareas educativas concentradas
- Superar el concepto de educación tradicional
- Efectuar la superar de la dicotomía entre la teoría y la experiencia práctica
- Facilitar que los participantes del taller sean los creadores de su propio proceso de aprendizaje
- Proporcionar que los integrantes se comprometan de manera activa con la realidad social en donde se realiza el taller
- Superar la distancia que hay entre el estudiante y la comunidad profesional
- Facilitar la integración interdisciplinaria
- Generar situaciones que le permitan al alumno la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas
- Plantear situaciones creativas para solucionar problemas de conocimiento, de la comunidad y de las propias instituciones educativas
- Posibilitar el conocimiento de la realidad, por medio del enfrentamiento y solución de problemas específicos de una comunidad (pp. 21-22).

3.1.4 Características del taller

De acuerdo con Cano (2012) se mencionan algunas características del taller:

- Es una técnica de trabajo con grupos

- Tiene límite de tiempo
- Cuenta con objetivos específicos
- Es dialógico, ya que permite que los participantes intercambien sus conocimientos, expresen sus intereses, dudas, temores y angustias; compartan experiencias y que expresen libremente sus opiniones y creencias
- Es procesual, ya que tiene una apertura, desarrollo y cierre
- Es de producción colectiva ya que los aprendizajes se producen por las experiencias y saberes de los propios participantes
- Es participativo, puesto que constituye un espacio abierto a la intervención la cual ayuda a mejorar la relación interactiva de docente-alumno
- Busca generar aprendizajes
- Integra la teoría y a la practica
- Es de carácter lúdico, pues proporciona acciones placenteras y juegos de lenguaje, de motricidad, atención-memoria que contribuyen a la creatividad y a la recreación
- Exige de la colaboración e interacción de los participantes
- Es de carácter integrador puesto que permite la superación de la división entre la teoría y la práctica, así como la incorporación de nuevos conocimientos de la realidad
- Es sistémico, ya que las acciones a desarrollar están previamente planificadas y establecidas (p. 34).

3.1.5 Elementos del taller

Cano (2012) propone una guía de trabajo o ruta para su planificación.

1. **Tema:** depende de lo que preocupa y motiva al estudiantado, debe ser relevante y estar conectado a la vida de los participantes.

2. **Objetivos:** que se busca lograr con el taller, estos deben ser claros para saber que se puede alcanzar con el taller y que no.
3. **Participantes:** a quienes va dirigido, se debe conocer las características de los participantes
4. **Contenido:** deben estar en función de los objetivos que se quiere lograr con el taller, lo que se quiera trabajar en él y las estrategias que se utilizaran para hacerlo, así como la secuencia, el tiempo y las técnicas de cada actividad a realizar.
5. **Recursos:** todo lo necesario para abordar el taller, desde el salón hasta los materiales de trabajo gráfico y otros.
6. **Responsables y roles:** se debe definir quién será el responsable de las tareas a realizar, definir quién será el coordinador, quien coordinará determinadas técnicas, etc. (en el caso de que haya más de un facilitador).
7. **El tiempo:** es variable, va de acuerdo a los objetivos y a las características de los participantes (pp. 41-43)

3.1.6 Tipos de taller

De acuerdo con Egg citado en (Betancorut, Guevara, & Fuentes, 2011) existen tres tipos de taller:

4. **Taller Total:** Docentes y alumnos participan activamente en un proyecto, Este es aplicado o desarrollado en niveles universitarios, superiores y Programas completos.
5. **Taller Horizontal:** Engloba profesores y estudiantes que se encuentran en un mismo nivel u año de estudios. Este es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios.

6. **Taller Vertical:** Abarca todos los cursos sin importar el nivel o el año; estos se integran para desarrollar un trabajo o proyecto común y es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios (p.22).

3.1.7 Planificación del taller

Cano, (2012) indica que un taller tiene una estructura básica y se desarrolla como proceso, consta de las siguientes fases:

1. **Planificación:** abarca los elementos mencionados anteriormente, la convocatoria y la invitación a los participantes.
2. **Desarrollo:** refiere a lo que va a suceder en el taller con lo ya planificado. Tiene a su vez tres momentos:

l. *Apertura:* es primordial la presentación del facilitador y de los participantes, así como analizar las expectativas y la socialización del encuadre.

m. *Desarrollo:* las actividades a realizar deben tener flexibilidad y creatividad

n. *Cierre:* es un momento necesario e importante ya que se deben recapitular, repasar acuerdos, objetivar aprendizajes y vivenciar las transformaciones.

3. **Evaluación:** se refiere al análisis y reflexión de lo que se produjo y se creó en el taller, así como las emociones o sentimientos surgidos en el mismo. (pp. 44-46)

3.1.8 Ventajas y desventajas del taller

Seguendo a Maya (2007) el taller también cuenta con posibilidades y limitantes, o como lo llamaría la autora, ventajas y desventajas, entre las cuales se encuentran:

3.1.8.1 Ventajas

- Integración de la teoría y la práctica en un mismo momento y lugar
- Contribuye a la formación integral de los sujetos participantes

- Enriquecimiento del aprendizaje por las experiencias comunes de los participantes
- El aprendizaje está relacionado a la solución de problemas y a situaciones reales
- Fomenta la creatividad, iniciativa y originalidad de los participantes
- Promueve y desarrolla la capacidad de reflexionar y trabajar en equipo
- Desarrolla la participación activa y responsable de la formación propia y de la aceptación de tareas del programa
- Facilita el aprendizaje en la práctica de valores
- Estimula el liderazgo democrático de los participantes

3.1.8.2 Desventajas

- Exige planeación, ejecución y evaluación rigurosa
- Requiere que el docente posea conocimientos y habilidades referidos a la dinámica de grupos
- Tiene carácter eventual, es decir no puede aplicarse en cualquier circunstancia
- Se requiere de varios componentes activos: alumnos, docentes, miembros de la comunidad y de la institución educativa (pp.50-51)

3.1.9 Responsabilidades del coordinador del taller

Para Herrera citado en (Abarca & Galicia, 2011) las responsabilidades del coordinador del taller son:

- Crear, inducir y mantener la comunicación
- Plantear y promover actividades que fomenten el vínculo y la tarea
- Detectar y señalar los obstáculos que se pueden presentar en la tarea
- Visualizar y ayudar a elaborar y solucionar las contradicciones
- Analizar las ideologías que surgen en el taller

- Fomentar la indagación y el descubrimiento de nuevos aportes
- Mantener y sostener el encuadre del tiempo del grupo
- Detectar las situaciones emergentes
- Hacer hincapié en las relaciones de los integrantes entre sí y con la tarea
- Fomentar el reconocimiento de necesidades y objetivos comunes
- Presentar el contenido de la actividad grupal
- Acompañar el aprendizaje grupal desde lo afectivo a lo conceptual (pp. 56-57)

4. Aplicación de la propuesta interventiva

La ejecución de la propuesta de intervención, es de carácter procesual y sigue una secuencia específica. Se detalla a continuación cada una de estas fases.

4.1 Inicio

Este momento del taller es importante incentivar a los integrantes del grupo a la participación en las actividades a realizar, además de la breve exposición de los conocimientos que en ese momento poseen. El inicio de cada taller, incluye la presentación del tema y el objetivo, el saludo de bienvenida y la dinámica de ambientación; estas actividades propician el buen desempeño del estudiante, de tal forma que el aprendizaje sea de carácter lúdico y sencillo.

4.2 Pre-test

El pre-test es una herramienta utilizada en el campo de la investigación, éste puede ser un cuestionario, prueba, test o una serie de preguntas diseñado para investigar sobre un acontecimiento, situación o el nivel de conocimiento antes de ejecutar o aplicar algún tipo de acción.

En este caso, serán dos los tipos de pre-test que se aplican. En primer lugar, se aplica el reactivo psicológico, al inicio, antes de la ejecución de la alternativa psicoeducativa, para conocer cuál es el nivel de autoestima inicial del grupo de estudio y posteriormente establecer una comparación con los datos que se obtendrán al final de la ejecución de la propuesta interventiva.

De igual forma, el segundo tipo de pre-test, es aplicado antes de la realización de cada dos talleres, este sirve para medir los conocimientos que tienen los estudiantes antes de que sean impartidos los talleres y se asemeja a una prueba diagnóstica, con los resultados obtenidos se pretende establecer comparaciones acerca de los conocimientos que tenía el alumnado antes de ser aplicado el taller.

Es conveniente señalar que, el cuestionario o reactivo psicológico que se aplica como pre-test debe ser igual, en todos sus aspectos, al que posteriormente se aplique como post-test, para así conocer si existieron cambios significativos con la ejecución de los talleres y de la propuesta de intervención psicoeducativa.

4.3 Desarrollo

El desarrollo está formado por las actividades integradoras del taller, las cuales ofrecen al estudiantado, conceptos, habilidades y destrezas que permitirán alcanzar los objetivos propuestos anteriormente. En esta etapa será en donde los estudiantes adquieran nuevos conocimientos y los relacionan con los propios, contribuyendo a su desarrollo cognitivo y socioemocional.

4.4 Cierre

En esta fase, se realiza una recopilación de toda la temática trabajada en el taller, se puede utilizar distintos instrumentos como la lluvia de ideas, organizadores gráficos, cuadros comparativos, resúmenes y gráficos o un listado de aportaciones. En estas actividades se demuestra la comprensión de los aprendizajes obtenidos en el transcurso del taller.

De igual manera, se incluye aquí la evaluación del taller, es decir, la manera en que los estudiantes percibieron la ejecución del taller. Se presentan preguntas como:

- ¿Te gustaron las actividades realizadas en este taller?
- ¿Los aprendizajes logrados en el taller fueron muy satisfactorios, satisfactorios o poco satisfactorios?
- ¿Los aprendizajes del taller están aportando al desarrollo de su autoestima?
- ¿Los aprendizajes obtenidos en este taller son aplicables a su diario vivir?

4.5 Post –test

El post-test es un cuestionario, prueba o test que se aplica después de un taller, clase, intervención o curso y su principal objetivo es establecer y dar a conocer cuáles son los cambios, logros o resultados que se lograron con la ejecución del curso o taller impartido.

Como ya se ha aclarado con anterioridad, el post-test es el mismo cuestionario, prueba o reactivo psicológico que se empleó al inicio del proceso de intervención o del taller educativo.

Estructura de la propuesta interventiva

- **Taller N° 1**

Nombre: Autoconcepto

Actividad N° 1: ¿Quién soy yo?

Duración: 80 minutos

Actividad N° 2: Juego de las estrellas

Duración: 80 minutos

Duración total: 160 minutos

- **Taller N° 2**

Nombre: Autoconocimiento

Actividad N° 1: El árbol de mi estima

Duración: 80 minutos

Actividad N° 2: Pensamiento positivo

Duración: 80 minutos

Duración total: 160 minutos

- **Taller N° 3**

Nombre: Autoimagen

Actividad N° 1: Me gusta ser como soy

Duración: 80 minutos

Actividad N° 2: Elogios escritos

Duración: 80 minutos

Duración total: 160 minutos

- **Taller N° 4**

Nombre: Autoconfianza

Actividad N° 1: El entierro del no puedo

Duración: 80 minutos

Actividad N° 2: Yo en un futuro

Duración: 80 minutos

Duración total: 160 minutos

- **Taller N° 5**

Nombre: Autoaceptación

Actividad N° 1: Un mundo diverso

Duración: 80 minutos

Actividad N° 2: Acéptate tal y como eres

Duración: 80 minutos

Duración total: 160 minutos

5. Validación de la propuesta

En este capítulo, resulta oportuno mencionar la validación como un tipo de evaluación de la propuesta, puesto que, pone de manifiesto la validez de la misma planteando una metodología de verificación basada en la comprobación y comparación de resultados obtenidos en la evaluación de cada taller y en los datos de la aplicación en el pre y post-test.

5.1 Definición de validación

La validación “es la acción de probar y documentar que cualquier proceso, procedimiento o método, que conduce efectiva y consistentemente a los resultados esperados” (Ríos & Badilla, 2012, p. 2).

En efecto, su definición hace referencia a darle valor y fuerza a la estrategia, proporcionándole un grado de seguridad y evaluar si los resultados cumplen con los objetivos planteados antes de la ejecución de la propuesta.

5.2 Características de la validación

- Se analiza el funcionamiento a través de la aplicación.
- Se utiliza herramientas de evaluación.
- Determina el grado de conocimientos adquiridos y la aplicación de los mismos.
- Debe contrastar hipótesis anteriormente planteadas.
- Se verifica la obtención de resultados logrados y si cumple los requisitos iniciales.

5.3 Tipos de validación

Para Ríos & Badilla (2012) existen tres tipos de validación:

a. Validación prospectiva

Se lleva a cabo durante la etapa del análisis de la propuesta, al inicio, determinando si existen situaciones que conlleven a que no se consigan los objetivos propuestos.

b. Validación concurrente

Se realiza en la mitad del proceso de intervención, junto con la evaluación de rutina, identificando los principales cambios y resultados positivos logrados.

c. Validación retrospectiva

Aquí se involucra la evaluación final, los resultados del post-test, se realiza al final de la intervención y se determina los ámbitos, el campo y el tiempo en donde puede ser aplicada la propuesta de intervención. (p.9)

f. METODOLOGÍA

De acuerdo con el tema y los objetivos del presente trabajo de titulación, la orientación metodológica estará dirigida hacia un enfoque mixto, cualitativo-cuantitativo, pues, en cuanto a lo cualitativo se refiere, se estudió una realidad y su contexto, al igual que sus principales problemas como también el plan de acción a los mismos. Por otra parte, el enfoque cuantitativo es factible puesto que se midió el nivel de autoestima, es decir se asigna un valor numérico a esta. De todo esto, el tipo de estudio, métodos, técnicas e instrumentos utilizados fueron los siguientes:

Tipo de estudio

Descriptivo.

Durante esta investigación, se hará uso de un sustento metodológico descriptivo, ya que busca describir una problemática con el fin de realizar una propuesta que genere resultados, a la vez que se describen las variables implicadas como son las dinámicas de grupo y la autoestima.

Pre-experimental.

El proyecto será de carácter pre-experimental debido a que se espera obtener o lograr cambios con la aplicación de la propuesta, también porque se aplicará primeramente un pre-test para determinar el nivel de autoestima del alumnado y posteriormente de aplicada la propuesta se realizará un post-test para corroborar la efectividad de la propuesta.

De corte transversal.

La presente investigación es de corte transversal porque las variables, dinámicas grupales y autoestima fueron estudiadas en un tiempo determinado, es decir, en el periodo 2018-2019. Además el estudio es realizado en una población definida, como son los estudiantes de quinto y sexto año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan Maria Riofrio.

Método

Para empezar, en cuanto al método, se definirá brevemente a este, para Aguilera (2013) “el método se entiende como la herramienta que posibilita indagar, esclarecer y categorizar segmentos de la realidad que se han definido como problemas” (p.86). Con referencia a lo anterior, el método, es la base para cualquier tipo de investigación, puesto que intenta conocer e indagar acerca de cualquier problemática social, siendo así el método, un utensilio que el investigador emplea para llegar a la verdad.

En efecto, el método que más se ajusta al problema de investigación, es el método investigación-acción (IA), descrito a continuación.

Método investigación-acción

Siguiendo a Kemmis (citado en Vieytes, 2009) menciona que:

la investigación-acción es una forma de indagación introspectiva, colectiva emprendida por participantes en situaciones sociales con el objeto de mejorar la racionalidad y la justicia de sus prácticas sociales, así como su comprensión de esas prácticas y de las situaciones en las que tiene lugar. (p.62)

Como puede observarse la investigación-acción va más allá de la simple descripción y análisis de una problemática, ya que además pretende, a través de prácticas sociales propias al

contexto, mejorar la realidad de ésta o en otros casos amenorar las dificultades para afrontar las circunstancias adversas de modo que estas sumen al crecimiento individual y comunitario. Así mismo, IA es definida como “un estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma” (Elliot, citado en Latorre, 2005, p.23). Es decir, reflexionar acerca de acciones humanas y situaciones sociales vividas, con el objeto de extender la comprensión de los problemas que atraviesa la comunidad en su práctica cotidiana y a través de las acciones transformar la realidad social.

Por otra parte, Bartolomé (citado en Latorre, 2005) refiere que la IA es un proceso reflexivo, el cual vincula dinámicamente la investigación, la acción y la formación, realizado esencialmente por profesionales de las Ciencias Sociales, acerca de su propia práctica, este proceso se lleva a cabo en equipo, con o sin ayuda de un facilitador externo al grupo.

De los planteamientos anteriores, se deduce que el método IA es factible en el presente trabajo de titulación, puesto que es necesario primeramente conocer, describir y analizar cuáles son las dificultades por las que la comunidad educativa atraviesa, como también generar el pensamiento reflexivo sobre las necesidades y el plan de acción para superarlas.

De igual forma, con este método se intenta lograr la integración de la comunidad educativa, es decir de estudiantes, padres, madres y directivos de la institución; además de la promoción de la participación activa y reflexiva de la misma por medio de las dinámicas grupales dirigidas por la investigadora. Por consiguiente, se plantean talleres psicoeducativos como acciones potenciadoras de cambio, para desarrollar la autoestima en los estudiantes.

Fases del Método IA

Para Latorre (2005) el proceso de investigación-acción involucra un vaivén entre la investigación y la reflexión ya que estas se complementan y se integran entre sí. El carácter cíclico del proceso de la IA, está constituida por las siguientes fases:

- a. **Planificar:** la realización de un plan de acción, es decir, la propuesta interventiva, la que incluye la identificación del problema, descripción de necesidades y posibles acciones de cambio para posteriormente definir las actividades o la propuesta interventiva.
- b. **Actuar:** en esta fase, es donde se empleó la propuesta de manera controlada, es decir, se implementó el plan de acción como posible alternativa de solución.
- c. **Observar:** aquí, se recolectó información, la cual permitió evaluar si se produjeron cambios en la comunidad educativa.
- d. **Reflexionar:** acerca de las mejoras o no de la problemática social, para esto, se requiere los datos obtenidos de la observación. Cabe agregar que, como la IA es de carácter cíclico, si no se obtuvieron cambios o mejoras, se puede volver a la primera fase, a plantear un nuevo plan de acción.

Científico.

Este método se lo empleó para establecer relaciones, explicar la problemática y los hechos relacionada con la misma, siendo utilizado en todo momento de la investigación, pues el que guía y orienta la investigación.

Deductivo-inductivo.

Otro de los métodos empleados para la elaboración, sustentación y aplicación de la propuesta será el deductivo-inductivo, en donde lo deductivo permitirá la elaboración de un sustento

teórico que explique mediante conceptos elementales la problemática planteada y con la inducción se pretende alcanzar conclusiones generales que procedan del problema con las que se pueda contribuir a la solución de la problemática en diversos contextos.

Analítico-sintético.

De la misma forma se hará uso del método analítico-sintético puesto que es imprescindible una investigación de carácter formal donde se analice de forma detallada los componentes de cada variable, los conceptos y la muestra que ha sido tomada como objeto de estudio para que a continuación se sintetice de modo que explique la problemática propuesta buscando establecer la relación entre las dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima.

En adelante, se describirán las técnicas apropiadas las cuales van acorde al método y por supuesto son convenientes para aplicarlas al objeto de estudio.

Técnicas

En la misma forma, se analizó lo que es técnica, pues Nassif (citado en Delgado & Palacios, s.f.) alude que: “la técnica es un conjunto de procedimientos de que se vale la ciencia o el arte para lograr un determinado resultado. En general un recurso que el hombre utiliza como medio para alcanzar un objetivo” (p.6). Lo que quiere decir que, la técnica puede hacer referencia a una acción o competencia que posee una persona para realizar determinado trabajo, como también se refiere a un recurso que la persona utiliza para llegar o conseguir un fin en específico.

Con base a la literatura anterior, las técnicas utilizadas fueron:

La encuesta

Se considera como una técnica de recogida de datos a través de la interrogación de los sujetos, cuya finalidad es la de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida. La recogida de los datos se realiza a través de un cuestionario que se administra a la población o una muestra extensa de ella mediante una entrevista donde es característico el anonimato del sujeto. (López & Fachelli, 2015, p.8)

En efecto, la encuesta contiene una serie de preguntas centradas en un tema principal, en donde, su objetivo fundamental es satisfacer dudas o conocer más a fondo una realidad social, en donde las personas interrogadas o, en algunos casos entrevistadas, son clave para la investigación.

Para complementar, se utilizó la encuesta en la realización del presente trabajo, con el fin de recoger y recopilar datos fundamentales de la investigación tanto de los sentimientos, emociones, comportamientos y conducta de los estudiantes, como de la forma en que el docente percibe los mismos en relación con el bienestar físico y mental de sus dicentes. El cuestionario tiene su cimiento en el test de autoestima de Coopersmith, planteando preguntas en lenguaje sencillo, puesto que se dirige a niño de entre nueve a 11 años.

Técnicas psicométricas

Resulta complejo definir a las técnicas psicométricas, puesto que, los autores las definen como instrumentos de evaluación psicológica, test, pruebas psicométricas, etc., a continuación, se presenta una definición general de lo que son las técnicas psicométricas, Gonzales (2007) menciona que:

Son técnicas mediante las cuales se recogen datos referentes a las características psicológicas de las personas estudiadas. (...) Constituyen la base sobre la cual descansan los fundamentos de la exploración y el análisis del comportamiento del hombre, concebidos de tal forma desde que surge la necesidad de evaluar las diferencias humanas. (p.3)

Significa entonces, que las técnicas psicométricas, asignan una valoración numérica a ciertas categorías de conducta, comportamiento, cualidades o habilidades, estableciendo diferencias entre las personas evaluadas.

Con base en lo anterior, la presente investigación contó con una técnica psicométrica enfocada a medir el nivel de autoestima en los estudiantes, utilizándolo en primera instancia como pre-test estableciendo el nivel general de autoestima y posteriormente como post-test después de haber sido aplicada la propuesta interventiva para contrastar los datos obtenidos y verificar si la posible alternativa de solución resulta práctica para el desarrollo de la autoestima.

Instrumentos

Para concluir, se indagó acerca de los instrumentos idóneos para la investigación. Se entiende como instrumentos a las herramientas o artilugio que, en este caso, el investigador utiliza para, en primera instancia, recoger información significativa y verídica del grupo estudiando u objetivo de investigación y posteriormente tratar de dar una alternativa de solución al problema investigado.

Encuesta dirigida a los estudiantes

Esta encuesta consta de 10 ítems, con preguntas específicas referente a los sentimientos y emociones acerca del amor propio y de la valía que tiene cada uno de los estudiantes, también incluye interrogantes acerca del contexto familiar y psicosocial.

Encuesta dirigida a los docentes

Por su parte, en la encuesta dirigida a profesorado se plantean cuestiones concernientes de la percepción que estos tienen acerca de sus estudiantes, de sus emociones, sentimientos, pensamientos relacionados con el amor propio; por otro lado, en este instrumento se intenta comprender si el docente tiene conocimiento sobre las estrategias que se puede utilizar para trabajar la autoestima en el salón de clase.

Reactivos psicológicos

Prueba de Autoestima de César Ruiz Alva.

Igualmente, dentro de los reactivos psicológicos, se manejará la Prueba de Autoestima de César Ruiz Alva, la cual mide el nivel general de autoestima del alumno y consta de 25 ítems dentro de los cuales toma como referencia elementos como la familia, emociones, motivación, identidad personal, autonomía, y socialización. Este reactivo se puede aplicar de forma colectiva o individual, su tiempo de aplicación es para un promedio de 15 minutos y se puede emplear en escolares a partir de los ocho años hasta la adolescencia.

Este instrumento se utilizará como pre-test para establecer el nivel general de autoestima de los alumnos; así mismo se lo utilizará como post-test y adquirir resultados verídicos de ambas aplicaciones para comparar los mismos.

Población

La población objeto de estudio son los estudiantes de quinto y sexto Año de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío, siendo 51 estudiantes en total. Se ha elegido esta población por dos ciertos hechos importantes, en primer lugar, muestran la problemática de baja

autoestima, además, de presentar las facilidades para la investigación al igual que la predisposición por parte de las autoridades y docentes de la institución educativa.

Tabla 1. Estudiantes de Escuela de Educación Básica “Mons. Juan María Riofrío”

Población	51 estudiantes
------------------	----------------

Fuente: Escuela de Educación Básica Mons. “Juan María Riofrío”
Autora: Mónica Yaritza Medina Barrera

RECURSOS

a. Instituciones

- Unidad Educativa “Mons. Juan María Riofrío”
- Carrera de Psicología Educativa y Orientación
- Universidad Nacional de Loja
- Bibliotecas de la ciudad de Loja

b. Humanos

- Tutor del proyecto
- Director y docentes de la Unidad Educativa “Mons. Juan María Riofrío”
- Investigadora: Mónica Yaritza Medina Barrera
- Padres de familia de la Unidad Educativa “Mons. Juan María Riofrío” del sexto Año paralelo “A”

- Personal docente de la Carrera de Psicología Educativa y Orientación

c. Materiales

- Computadora
- Cámara fotográfica

- Proyector
- Parlantes
- Flash memory
- CD
- Papel bond
- Papelógrafos
- Fomix
- Cinta adhesiva
- Esferos
- Lápices
- Crayones
- Marcadores
- Lápices de colores
- Plastilina
- Cartulinas
- Cuaderno de apuntes
- Libro de cuentos infantiles
- Espejo
- Balones
- Títeres
- Mesas
- Sillas
- Fotocopias

- Impresiones
- Materiales alternativos

g. CRONOGRAMA

Año		2018																				2019																															
Mes		May				Jun				Jul				Ago				Sep				Nov				Dic				Ene				Feb				Mar				Abr				May							
Semana		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Actividad																																																					
1	Elección del tema	■	■																																																		
2	Planteamiento del problema		■	■	■																																																
3	Revisión de literatura Primer borrador del marco teórico					■	■	■	■	■	■	■	■																																								
4	Presentación del marco teórico Metodología									■	■																																										
5	Presentación del proyecto para su aprobación											■	■																																								
6	Aprobación del proyecto													■	■																																						
7	Solicitud de pertenencia del proyecto																			■	■																																
8	Designación del director de tesis																					■	■																														

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Costo total 1 640 USD

El financiamiento del presente proyecto estará a cargo del estudiante investigador.

Tabla 2. Presupuesto

N°	Materiales	Presupuesto \$
1	Material bibliográfico	100
2	Materiales de papelería	150
3	Impresiones	100
4	Copias	50
5	Digitación	40
6	Transporte	200
7	Anillados	30
8	Materiales alternativos	100
9	Cámara fotográfica	200
10	Parlantes	20
11	Infocus	500
12	Derechos arancelarios	100
13	Otros	50
	TOTAL	1640

Autora: Mónica Yaritza Medina Barrera

i. BIBLIOGRAFÍA

- Abarca, J., & Galicia, G. (2011). *El taller psicoeducativo para favorecer el desarrollo del aprendizaje estratégico en adolescentes de 3° de secundaria*. (tesis de pregrado) México D.F. : Universidad pedagógica nacional .
- Acosta, R., & Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Revista Límite*, 82.
- Arriaga, M. (2015). El diagnóstico educativo, una importante herramienta para elevar la calidad de la educación en manos de los docentes. *Atenas*, 63-74.
- Banz, C. (2008). *Las dinámicas grupales: una técnica de aprendizaje*. Chile: Valora Uc.
- Bermúdez, R., García, V., Marcos, B., Pérez, L., Pérez, O., & Rodríguez, A. (2002). *Dinámica de grupo en educación: su facilitación* . La Habana: Pueblo y Educación .
- Betancorut, R., Guevara, L., & Fuentes, E. (2011). *El taller como estrategia didáctica, sus fases y sus componentes para el desarrollo de un proceso de cualificación en el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) con docentes de lenguas extranjeras* . Bogotá: Universidad La Salle .
- Briceño, B. D. (2010). *Manual de juegos para la autoestima* . Santiago : Universidad academia de humanismo cristiano .
- Broch, M. R. (2014). *La autoestima en niños de 4-5 años en la familia y en la escuela*.(tesis de maestría) Barcelona: UNIR.
- Cano, A. (2012). La metodología del taller en los proceso de educación popular. *Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*, 22-51.

- Dueñas, M. L. (2002). *Diagnóstico psicopedagógico* . Madrid : UNED .
- Educación, M. d. (2016). *Escuela para todos, juntos nos levantamos*. Quito: Graphus.
- Egg, A. (1991). *El taller: una alternativa de renovación pedagógica*. Buenos Aires : Magisterio del Río de la Plata.
- González, J., Monroy, A., & Kupferman, E. (2004). *Dinámica de grupos*. Pax México : México D.F.
- Hartuz, P. (2004). *Dinámica de grupos* . Eskola: Urtxintxa EzKola.
- Herrera, A., & Zhunio, P. (2017). *Análisis relacional de la autoestima y violencia intrafamiliar en la niñez intermedia*. (tesis de pregrado) Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Izquierdo, C. (1989). *La autoestima camino hacia la felicidad*. Costa Rica : Pulinas.
- Llaca, P., Luévano, E., Vázquez, F., Gutiérrez, E., Loyo, Y., Gutiérrez, R., . . . Jiménez, J. (2006). *Herramientas y soluciones docentes*. Tlalnepantla: Ediciones Euromexico.
- López, M., & Vizcaya, N. (2013). *Manual de técnicas y dinámicas grupales* . México: Centro de integración juvenil A.C. .
- Marín, M. Á., & Rodríguez, S. (2001). Prospectiva del diagnóstico y la orientacion . *Revista de investigación educativa* , 315-362 .
- Maya, A. (2007). *El taller psicoeducativo*. Bogotá: MAGISTERIO .
- Mendoza, G. (21 de Febrero de 2018). *Salud Mental y Emocional*. Obtenido de Salud Mental y Emocional: <https://www.saludmentalyemocional.com/>

- Ministerio de Educación . (2016). *Escuela para todos, juntos nos levantamos* . Quito :
Ministerio de Educación del Ecuador .
- Monbourquette, J. (2002). *De la autoestima a la estima del yo profundo*. Québec: SAL
TERRAE.
- Muñoz, L. (2011). *Relación entre la autoestima y variables personales vinculadas a la escuela
en estudiantes de nivel socio-económico bajo*. (tesis de maestría) Santiago: Universidad
de Chile.
- Naranjo, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial
de proceso educativo. *Revista Electrónica: Actualidades investigativas en educación* ,
13.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Durskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. México: Mc Graw
Hill.
- Pastoral Juvenil. (14 de Mayo de 2008). *Dinámicas para fomentar la autoestima*. Obtenido de
Dinámicas para fomentar la autoestima:
https://odresnuevos.files.wordpress.com/2008/05/dinamicas_autoestima.pdf
- Ríos, M. S., & Badilla, C. (2012). *Validación de procesos* . Chile : Instituto de salud pública
de Chile .
- Sobrado, L. F. (2005). EL diagnóstico educativo en contextos sociales y profesionales . *REvista
de Investigación educativa* , 85-112.
- Vivas, P., Rojas, J., & Torras, M. E. (2009). *Dinámica de grupos*. Barcelona: FUOC.
- Woolfolk, A. (2006). *Psicología Educativa*. Ohio : Pearson .

Zamora, M. J. (2012). *El desarrollo de la autoestima en educación infantil* . Murcia : UNIR.

OTROS ANEXOS

Anexo N° 1 - encuesta para detectar la problemática



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Distinguido Profesor(a):

La presente encuesta tiene como finalidad conocer las necesidades de intervención que presenta su Institución Educativa en relación a los servicios del Psicólogo Educativo y Orientador, por lo que de manera cordial le solicitamos responder las siguientes preguntas con la mayor sinceridad posible y de acuerdo al nivel en el que usted trabaja en el centro educativo.

1. Señale, Usted es profesor (a) de:

1() - 2() - 3() - 4() - 5() - 6() - 7() Año de Educación Básica

Fecha: _____

1. Coloque una X dentro del paréntesis ()

Considera importante que el Psicólogo Educativo intervenga en los siguientes problemas:

a) Dificultades relacionadas con los estudiantes:

1. () Inestabilidad emocional.
2. () Autoestima disminuida.
3. () Inseguridad
4. () Indiferencia frente a la vida.
5. () Escasa conciencia social.
6. () Indisciplina y rebeldía.
7. () Desconocimiento de los cambios que se producen en su desarrollo.
8. () Adicción a juegos electrónicos, la televisión, el celular e internet.
9. () Conformación de grupos y pandillas.
 10. () Poco interés en el estudio.
 11. () Alienación cultural (influencias de grupos EMOS, PUNK, GOTICOS, entre otros)
 12. () Deserción escolar.

b) Dificultades generadas entre compañeros y amigos

1. () Enemistad.
2. () Egoísmo.
3. () Falta de equidad de género.
4. () Prejuicios.
5. () Discriminación social y económica.
6. () Agresividad destructiva.
7. () Envidias.
8. () Chantaje y extorsión.
9. () Liderazgo negativo.
10. () Pandillas.

c) Dificultades generadas en la familia.

1. () Familias autoritarias asfixiantes.
2. () Violentas y agresivas.
3. () De escasa autoridad.
4. () Familia desintegrada (divorcios, separaciones)

- 5. () Familias con escasos ingresos económicos.
- 6. () Familias sin trabajo.
- 7. () Familias en crisis de pareja.
- 8. () Familias con familiares enfermos y discapacidades.
- 9. () Familias con integrantes alcohólicos y drogadictos.
 - 10. () Familias con integrantes privados de su libertad.
 - 11. () Familia con un integrante que ofrece sus servicios sexuales.
 - 12. () Incesto.
 - 13. () Violación sexual en la familia.
 - 14. () Presencia de hijos con orientación sexual diferente.

d) Dificultades generadas entre los Docentes.

- 1. () Invasión de funciones.
- 2. () Irresponsabilidad.
- 3. () Egoísmo profesional.
- 4. () Envidias.
- 5. () Enemistad.
- 6. () Falta de ética profesional para ejercer la función.
- 7. () Problemas de salud.
- 8. () Desprestigio profesional del compañero de trabajo.

2. Si Ud. Distinguido(a) Docente considera que existen otras dificultades, por favor anótelas en los siguientes renglones.

Firma

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo N° 2 - Encuesta dirigida al docente para conocer la problemática



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Distinguido profesor (a)

Soy estudiante del Séptimo Ciclo de la Carrera de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Nacional de Loja; me encuentro realizando una investigación sobre problemas de baja autoestima en estudiantes de Educación Básica, por lo que me permito solicitarle comedidamente contestar de la manera más sincera la siguiente:

ENCUESTA

1.- Según su criterio, ¿Qué es la autoestima?

.....
.....

2.- ¿En su aula, los alumnos tienen motivación para aprender en clase?

- Si
- No

Si su respuesta fue negativa, explique las razones.....

.....

3.- ¿Qué nivel de interés muestran sus alumnos frente a las tareas de clase?

- Alto
- Medio
- Bajo

4.- ¿Qué nivel de interés muestran sus alumnos frente a las tareas enviadas a casa?

- Alto
- Medio
- Bajo

5.- ¿Cree que sus alumnos son felices como son?

- Si
- No

Si su respuesta fue negativa, explique las razones.....

.....

6.- ¿Cuál cree que es el nivel de autoestima de sus alumnos?

- Alto
- Medio
- Bajo

Explique porque:
.....

7.- ¿Sus alumnos se sienten seguros en cuanto a sus habilidades?

- Si
- No

Si la respuesta es negativa explique porque:
.....

8.- ¿Sus alumnos se sienten seguros al momento de participar en clase?

- Si
- No

Si la respuesta es negativa explique porque:
.....

9.- ¿Sus alumnos tienen pensamientos negativos o son pesimistas?

- Si
- No

Si la respuesta es positiva explique porque:
.....

10.- ¿Existe empatía entre sus alumnos?

- Si
- No

Si la respuesta es negativa explique porque:
.....

11.- ¿Qué actividades usted realiza dentro del aula con los estudiantes para promover el desarrollo de la autoestima?

.....
.....
.....

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Anexo N° 3 - Encuesta dirigida al alumnado para conocer el porcentaje de la problemática



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Estimado alumno, me permito solicitarle comedidamente contestar de la manera más sincera las siguientes preguntas:

ENCUESTA

1.- ¿Me siento seguro/a de mí mismo/a?

- Si
- No

2.- ¿Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos?

- Si
- No

3.- ¿Me sonrojo cuando me tengo que parar frente al curso a hablar?

- Si
- No

4.- ¿A los demás niños les gustan mis ideas?

- Si
- No

5.- ¿Me siento muy feliz?

- Si
- No

6.- ¿Me gusta estar con otra gente?

- Si
- No

7.- ¿Soy muy tímido?

- Si
- No

8.- ¿Otras personas son más agradables que yo?

- Si
- No

9.- ¿Me gustaría cambiar ciertas cosas de mí?

- Si
- No

10.- ¿Me arrepiento de las cosas que hago?

- Si
- No

Anexo N° 4 – Diseño de la propuesta psicoeducativa

1. **Título:** Dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima

2. **Presentación**

La presente propuesta psicoeducativa centra su importancia en las dinámicas grupales para el desarrollo saludable de la autoestima, enfocándose principalmente en el bajo nivel de autoestima que poseen los niños objeto de estudio y los problemas que surgen de ésta, mismos que invaden su entorno familiar y escolar.

Como sabemos, la autoestima es un pilar fundamental para el desarrollo integral del ser humano, puesto que es clave para las relaciones sociales, el éxito escolar y/o laboral, aparte de ser primordial para salud tanto mental, emocional como social, como lo señaló el gran filósofo griego, Aristóteles, *la felicidad es estar satisfecho con uno mismo*.

En base en lo anterior, se plantea las dinámicas grupales para desarrollar la autoestima, puesto que las dinámicas favorecen el aprendizaje colaborativo, significativo y vivencial, además de tener la capacidad para desarrollar la autoestima a través de la creación de vínculos de confianza, convivencia con el grupo, potenciando el trabajo en equipo, expresado emociones, sentimientos e ideas; así mismo de que los miembros del grupo sean capaces de reconocer sus propias capacidades y limitaciones y también las del resto del grupo.

Es por esto que, se plantea la siguiente propuesta de psicoeducación, titulada **Dinámicas de grupo para el desarrollo de la autoestima**, la cual tiene como grupo destinatario los estudiantes del quinto y sexto Año de Educación Básica de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío.

En esta propuesta se plantearán talleres psicoeducativos de los cuales, cada uno de ellos constará de tres actividades principales que serán las dinámicas de grupo encaminadas al desarrollo positivo y saludable de la autoestima.

3. Objetivos

- ✓ Determinar el nivel de autoestima de los estudiantes
- ✓ Emplear dinámicas destinadas al desarrollo de la autoestima
- ✓ Validar los resultados obtenidos a través de la Prueba de Autoestima de César Ruiz A.

4. Contenidos

- ¿Qué son las dinámicas grupales?
- ¿Cómo promover el uso de las dinámicas grupales?
- ¿Qué es la autoestima?
- ¿Cuáles son los niveles de autoestima?
- ¿Cómo fomentar la autoestima?
- Importancia de la autoestima
- ¿Cómo potenciar la autoestima en el aula?

5. Metodología

Durante el desarrollo de la propuesta interventiva, se contará con una metodología participativa ya que los entes principales para la construcción de la misma son los niños de forma que se construya y reconstruya los conocimientos y por ende el proceso enseñanza-aprendizaje. Así mismo se sustenta en la metodología reflexiva, puesto que cada temática partirá de conocimientos previos y experiencias que, en este caso, la

investigadora posea para poderlos llevar de una forma reflexiva y práctica a cada taller, pudiendo de esta forma contribuir a su crecimiento personal y profesional de la misma.

Por otro lado, se cuenta con una metodología incluyente, dado que los talleres abordan a la diversidad del estudiantado y las necesidades de los mismos valorando cada una de las diferencias individuales que poseen los niños, fomentando la cooperación y la importancia de trabajar en equipo. Igualmente se utilizará la metodología crítica, pues es necesario conocer el entorno y la situación en donde se ejecute la propuesta interventiva para posteriormente, hacer uso de la crítica en la construcción de los talleres y en los resultados que se obtendrán de los mismos.

6. Recursos

Humanos

- Autoridades y docentes de la Escuela de Educación básica “Mons. Juan María Riofrío”
- Alumnos del quinto y sexto Año de la Escuela de Educación básica “Mons. Juan María Riofrío”
- Padres de familia del quinto y sexto Año de la Escuela de Educación básica “Mons. Juan María Riofrío”
- Investigadora: Mónica Medina

Materiales

- Ordenador
- Cámara fotográfica
- Proyector
- Parlantes

- Flash memory
- Papel lustre
- Papel bond
- Papel periódico
- Papelógrafos
- Laminas educativas
- Fomix
- Cinta adhesiva
- Esferos
- Lápices
- Marcadores
- Lápices de colores
- Cartulinas
- Libro de cuentos infantiles
- Espejo
- Balones
- Títeres
- Mesas
- Sillas

7. Cronograma

Taller	Actividades	Tema	1er mes				2do mes				3er mes				4 mes			
Semanas			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Actividad N° 1		Pre- test																
Taller N° 1 Autoconcepto	Actividad N°1	¿Quién soy yo?																
	Actividad N°2	Juego de las estrellas																
Taller N° 2 Autoconocimiento	Actividad N°1	El árbol de mi estima																
	Actividad N°2	Pensamiento positivo																
Taller N° 3 Autoimagen	Actividad N°1	Me gusta ser como soy																
	Actividad N°2	Elogios escritos																
Taller N° 4 Autoconfianza	Actividad N°1	El entierro del no puedo																
	Actividad N°2	Yo en un futuro																
Taller N° 5 Autoaceptación	Actividad N°1	Un mundo diverso																
	Actividad N°2	Acéptate tal y como eres																
Actividad Final		Post – test																

8. Resultados esperados

- Que los alumnos puedan emplear de manera benéfica las habilidades relacionadas al desarrollo de la autoestima
- Que los alumnos hayan podido mejorar su autoconcepto a través del reconocimiento de sus talentos y también de sus limitaciones.
- Que los alumnos posean una valoración positiva sobre si mismos
- Que se haya incrementado en los alumnos el nivel tanto de la autoestima para contribuir al desarrollo integral saludable

9. Estructura de la propuesta interventiva

ACTIVIDAD N° 1

Tema: aplicación de pre-test

Desarrollo

Dinámica de ambientación

Objetivo: establecer rapport con los estudiantes

Cierre

TALLER N° 1 - Autoconcepto

Actividad N° 1

Tema: ¿Quién soy yo?

Objetivo: desarrollar la capacidad para definirse uno mismo

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de presentación – Las partes de la vaca
3. Aplicación de pre-test (cuestionario)

4. Actividad ¿Quién soy yo?

5. Cuento

Cierre

Actividad N° 2

Tema: Juego de las estrellas

Objetivo: conocer y diferenciar a cada miembro del grupo por sus habilidades

Desarrollo

1. Presentación

2. Dinámica de ambientación – La pelota preguntona

3. Actividad - Juego de las estrellas

4. Video de reflexión

5. Evaluación

6. Aplicación de post-test

Cierre

Resultados esperados

Conclusiones

Recomendaciones

TALLER N° 2 – AUTOCONOCIMIENTO

Actividad N° 1

Tema: El árbol de mi estima

Objetivo: identificar y reafirmar las virtudes propias

Desarrollo

1. Presentación

2. Dinámica de ambientación – El gato y el ratón
3. Aplicación de pre-test (cuestionario)
4. Actividad – El árbol de mi estima
5. Reflexión de grupo – valores más importantes

Cierre

Actividad N° 2

Tema: Pensamiento positivo

Objetivo: reconocer las cualidades y fortalezas de cada estudiante

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – Mar adentro, mar afuera
3. Actividad – Pensamiento positivo
4. Sopa de letras
5. Evaluación
6. Aplicación de post-test

Cierre

Resultados esperados

Conclusiones

Recomendaciones

TALLER N° 3 – AUTOIMAGEN

Actividad N° 1

Tema: Me gusta ser como soy

Objetivo: reconocer mis características físicas, amarlas y respetarlas

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – El gato
3. Aplicación de pre-test (cuestionario)
4. Actividad – me gusta ser como soy
5. Dinámica – acróstico

Cierre

Actividad N° 2

Tema: Elogios por escrito

Objetivo: fortalecer la autoimagen de los participantes a través de la expresión emocional escrita

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – La cola de la vaca
3. Actividad – Elogios por escrito
4. Video de reflexión
5. Evaluación
6. Aplicación de post-test

Cierre

Resultados esperados

Conclusiones

Recomendaciones

TALLER N° 4 – AUTOCONFIANZA

Actividad N° 1

Tema: El entierro del no puedo

Objetivo: tomar conciencia de los pensamientos y frases negativas que utilizamos y tener más confianza en sí mismo

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – Las ulas
3. Aplicación de pre-test (cuestionario)
4. Actividad – El entierro del no puedo
5. Cuento
6. Dinámica – Si puedo

Cierre

Actividad N° 2

Tema: Yo en un futuro

Objetivo: sensibilizar acerca de la importancia de saber que quiero ser de grande y saber que se puede lograr lo que se proponga emocional escrita

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – Una tormenta
3. Actividad – Yo en un futuro
4. dinámica – La cajita mágica
5. Evaluación
6. Aplicación de post-test

Cierre

Resultados esperados

Conclusiones

Recomendaciones

TALLER N° 5 – AUTOACEPTACIÓN

Actividad N° 1

Tema: Un mundo diverso

Objetivo: aprender a aceptar al resto de personas sin importar sus características físicas, o intelectuales.

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – Terremoto
3. Aplicación de pre-test (cuestionario)
4. Actividad – Un mundo diverso
5. Juego de finalización – el ahorcado

Cierre

Actividad N° 2

Tema: Acéptate tal y como eres

Objetivo: reconocer nuestra valía, amarnos, respetarnos y aceptar

Desarrollo

1. Presentación
2. Dinámica de ambientación – Kan ken Pon

3. Actividad – Acéptate tal y como eres

4. Video de reflexión

5. Evaluación

6. Aplicación de post-test

Cierre

Resultados esperados

Conclusiones

Recomendaciones

Anexo Nro. 5

PRUEBA DE AUTOESTIMA

(César Ruiz UCV, 2003)

Nombre: _____ Apellidos: _____ Edad: _____

INSTRUCCIÓN:

Lea atentamente y marque con una X en la columna (Si/No) según corresponda. Sea sincero

Nº		SI	NO
1	Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de como soy ahora		
2	Me resulta muy difícil hablar frente a un grupo		
3	Hay muchas cosas dentro de mí que cambiaría si pudiera hacerlo		
4	Tomar decisiones es algo fácil para mí		
5	Considero que soy una persona muy alegre y feliz		
6	En mi casa, me molesto a cada rato		
7	Me resulta difícil acostumbrarme a algo nuevo		
8	Soy una persona popular entre la gente de mi edad		
9	Mi familia me exige mucho/espera demasiado de mí		
10	En mi casa se respeta bastante mis sentimientos		
11	Con mucha facilidad hago lo que mis amigos me manden a hacer		
12	Muchas veces me tengo rabia/ cólera a mí mismo		
13	Pienso que mi vida es muy triste		
14	Los demás hacen caso y consideran mis ideas		
15	Tengo muy mala opinión de mí mismo		
16	Ha habido muchas ocasiones en las que he deseado irme de mi casa		
17	Con frecuencia me siento cansado de todo lo que hago		
18	Pienso que soy una persona fea comparado con otros		
19	Si tengo algo que decir a otros, voy sin temor y se lo digo		
20	Pienso que en mi hogar me comprenden		
21	Siento que caigo muy mal a las demás personas		
22	En mi casa me fastidian demasiado		
23	Cuando intento hacer algo, muy pronto me desanimo		
24	Siento que tengo más problemas que otras personas		
25	Creo que tengo más defectos que cualidades		

Puntaje	
Nivel	

Anexo Nro. 6

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Objetivo 2

Identificar el nivel de autoestima de los estudiantes del quinto y sexto grado de la Escuela de Educación Básica Mons. Juan María Riofrío a través de la aplicación de encuestas y test.

Objetivo 3,4,5

Planificar talleres psicoeducativos basados en dinámicas grupales para el desarrollo de la autoestima. Aplicar las dinámicas grupales como estrategia didáctica para el desarrollo de la autoestima. Validar la aplicación de las dinámicas grupales como estrategia didáctica.

Informante	Indicadores	Indicador en situación negativa			Indicador en situación positiva		
		Deficiencias	Obsolescencias	Necesidades	Teneres	Innovadores	Satisfactores
Estudiantes	Autoconcepto	El 80,39% de estudiantes tienen dificultades para definirse y dan una opinión negativa sobre si mismos	En el salón de clases no se ayuda a los alumnos a construir una definición de sí mismos	Dotar de actividades que ayuden a la elaboración de cimientos en la construcción del autoconcepto para mejorar la opinión que los estudiantes tienen sobre sí mismos.	Actividades que trabajan directamente el autoconcepto, empezando por la descripción de la imagen que tienen sobre sí mismos y la posterior valoración de la misma.	Estimular a los estudiantes a que puedan dar una opinión positiva de sí mismos, aprendiendo a respetarse y valorarse.	El 96,07% pueden definirse, emitiendo un juicio de valor positivo acerca de quienes son.

Estudiantes	Autoconocimiento	El 56, 86% de estudiantes no puede identificar virtudes propias que lo diferencien del resto.	En el aula, se deja de lado la introspección y la habilidad de reconocerse, valorarse y respetarse para diferenciarse del resto.	Adquisición de conocimientos en técnicas que involucren conocerse a profundidad para conectarse con pensamientos, sentimientos y actos propios.	Técnicas de dinámicas de grupo para desarrollar la habilidad de conocerse y reconocerse como un individuo diferente promoviendo el respeto hacia uno mismos y hacia el resto.	Los estudiantes pueden reconocerse y diferenciarse del resto, se autoevalúan y toman conciencia de sus propias emociones.	El 100% de los estudiantes identifican virtudes únicas, promueven el autorespeto y el respeto hacia el resto.
--------------------	------------------	---	--	---	---	---	---

Estudiantes	Autoimagen	El 74,50% de estudiantes no puede describir la representación mental que tiene sobre sí mismos.	Dentro del salón de clase no se refuerza la descripción y comprensión de aspectos externos como internos.	Incluir actividades que impliquen conocer como son, como se ven y cuanto se agradan los estudiantes así mismos.	Una metodología grupal que permita reforzar características, aspectos físicos y cualidades internas que mejoren la calidad de descripción propia, ofreciendo una imagen positiva que contribuya al bienestar emocional.	Los estudiantes describen una autoimagen positiva, refuerzan sus aspectos internos y externos, ayudando a mejorar la seguridad en sí mismos.	El 98,03% de estudiantes se describen de una manera positiva, tienen seguridad en sí mismos y refuerzan su valía.
--------------------	------------	---	---	---	---	--	---

Estudiantes	Autoconfianza	El 90,19% de los estudiantes alude no confiar en sus	En el aula no se prioriza el bienestar	Contribuir a la identificación de fortalezas,	Actividades propuestas para la erradicación del	Los estudiantes identifican sus fortalezas,	El 100% de los estudiantes erradicar el
--------------------	---------------	--	--	---	---	---	---

habilidades y competencias. emocional de los estudiantes, en cuanto a fomentar la confianza en sí mismos y eliminar la erradicación del negativismo debilidades y aspectos de mejora a través de dinámicas grupales que mejoren la confianza y seguridad en uno mismo. negativismo y la potenciación de la confianza personal de cada estudiante. limitación y puntos a mejorar lo que favorece la confianza en habilidades y destrezas de cada estudiante. negativismo, identifican sus fortalezas y limitaciones fortaleciendo la autoconfianza mostrando una actitud resolutiva ante las adversidades.

Estudiantes	Autoaceptación	El 76,47% de los estudiantes tiene dificultades en cuanto a la aceptación de uno mismo, relación al atractivo físico y a aspectos relacionados al entorno escolar-académico	En el aula, no existen actividades destinadas a la aceptación y aprobación de sí mismo y del resto de personas que ayuden a mejorar las relaciones interpersonales.	Estimular el uso de frases positivas que actúen de reforzadores con las cuales los estudiantes puedan aceptarse, valorarse y apreciarse a sí mismos.	Técnicas que favorezcan el aprender a respetar al resto de personas y sus diferencias individuales para reconocer la valía en los demás de modo que fomente la aceptación y valoración propia	Los estudiantes cambian la percepción que tienen sobre ellos mismos, contribuyendo a la motivación, aceptación y valoración propia.	El 100% de los estudiantes se aceptan como son, reconocen su propia valía, además respetan, valoran y aceptan al resto de personas sin importar sus diferencias individuales.
--------------------	----------------	---	---	--	---	---	---

ÍNDICE

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	2
ABSTRACT	3
c. INTRODUCCIÓN	4
d. REVISIÓN DE LITERATURA	7
Autoestima	7
Componentes de la autoestima.....	8
Importancia de la autoestima en la niñez	10
Niveles de autoestima	11
Características de los niños con autoestima alta	13
Características de los niños con autoestima baja	14
Desarrollo de la autoestima.....	16
Causas de la baja autoestima.....	17
Consecuencias de la baja autoestima	18

Estimulación en los niños para el desarrollo de una autoestima saludable	19
Dinámicas grupales	22
Objetivos	24
Ciclo de aprendizaje de una dinámica grupal.....	25
La importancia de las dinámicas grupales en el desarrollo de la autoestima	27
Dinámicas grupales y la autoestima	28
Diagnóstico	36
Planificación de la propuesta alternativa.....	38
Aplicación de la propuesta alternativa	41
Validación	44
e. MATERIALES Y MÉTODOS	46
f. RESULTADOS.....	50
g. DISCUSIÓN	56
h. CONCLUSIONES	62
i. RECOMENDACIONES.....	63
PROPUESTA ALTERNATIVA.....	64
j. BIBLIOGRAFÍA	128
k. ANEXOS	130
a. TEMA.....	132
b. PROBLEMÁTICA.....	133
c. JUSTIFICACIÓN.....	136
d. OBJETIVOS	138
e. MARCO TEÓRICO	139
f. METODOLOGÍA.....	198
g. CRONOGRAMA	209
h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO.....	212

i. BIBLIOGRAFÍA	213
OTROS ANEXOS	217
ÍNDICE	238