



# UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

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

TÍTULO:

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA 2013-2014

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

AUTORA:

Susana Magdalena Jiménez Achupallas

DIRECTORA DE TESIS:

Dra. Sonia Sizalima Cuenca Mg. Sc.

LOJA- ECUADOR

2015

## CERTIFICACIÓN

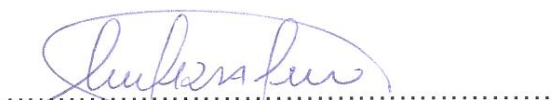
**Dra. Sonia M. Sizalima Cuenca Mg.Sc.**

DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN DEL ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.

### CERTIFICA:

Haber asesorado, revisado y orientado en todas sus partes, el desarrollo de la presente investigación titulada: **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA 2013-2014** autoría de la Srta. Susana Magdalena Jiménez Achupallas, egresada de la carrera de Psicología Educativa y Orientación, la misma que cumple con lo que estipula el Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional Loja, por lo que autorizo su presentación y continuar con los trámites pertinentes para la calificación privada y sustentación pública.

Loja, julio del 2014



Dra. Sonia M. Sizalima Cuenca Mg.Sc.  
**DIRECTORA DE TESIS**

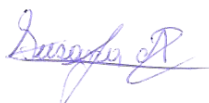
## AUTORÍA

Yo, Susana Magdalena Jiménez Achupallas declaro ser la autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales por el contenido de la misma.

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

Autora: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

Firma:



Cédula: 1104839616

Fecha: Abril del 2015

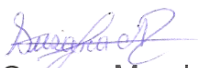
## **CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DE LA AUTORA PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO**

Yo, Susana Magdalena Jiménez Achupallas, declaro ser la autora de la tesis titulada: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASÁNZ, LOJA 2013-2014 como requisito para obtener el grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención: Psicología Educativa y Orientación; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repertorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con los 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 06 días del mes de abril del dos mil quince.

**Firma:**   
**Autora:** Susana Magdalena Jiménez Achupallas  
**Cédula:** 1104839616  
**Dirección:** Loja (Barrio La Samana)  
**Correo electrónico:** susanaj88@yahoo.es  
**Teléfono:** 072612306      **Celular:** 0981555414

### **DATOS COMPLEMENTARIOS**

**Directora de tesis:** Dra. Sonia M. Sizalima Cuenca Mg.Sc.

#### **Tribunal de grado:**

Presidente del Tribunal	Dra. Sonia Cosíos Castillo Mg. Sc.
Miembro del Tribunal	Lic. Fernando Alvarado Pino Mg. Sc.
Miembro del Tribunal	Lic. Juan Rojas Guzmán Mg. Sc.

## **AGRADECIMIENTO**

Mis más sinceros agradecimientos a las Autoridades de la Universidad Nacional Loja, a los docentes de la Carrera de Psicología Educativa y Orientación, por sus conocimientos impartidos en el transcurso de mi formación profesional.

De manera especial a la Directora de tesis Dra. Sonia Sizalima Cuenca; por su esmero, dedicación y su valioso aporte académico, el cual fue gran ayuda durante el proceso y culminación de la presente investigación.

Y finalmente a las autoridades y estudiantes de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna, por su apertura y colaboración para poder realizar el trabajo de campo y la aplicación de la propuesta educativa como vía de solución a la problemática.

**La autora**

## **DEDICATORIA**

A la memoria de mis padres por haberme dotado de amor, principios y valores, a mis hermanos y amigos por su amor, fortaleza y por sostenerme en cada una de mis luchas.

**Susana**

## ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

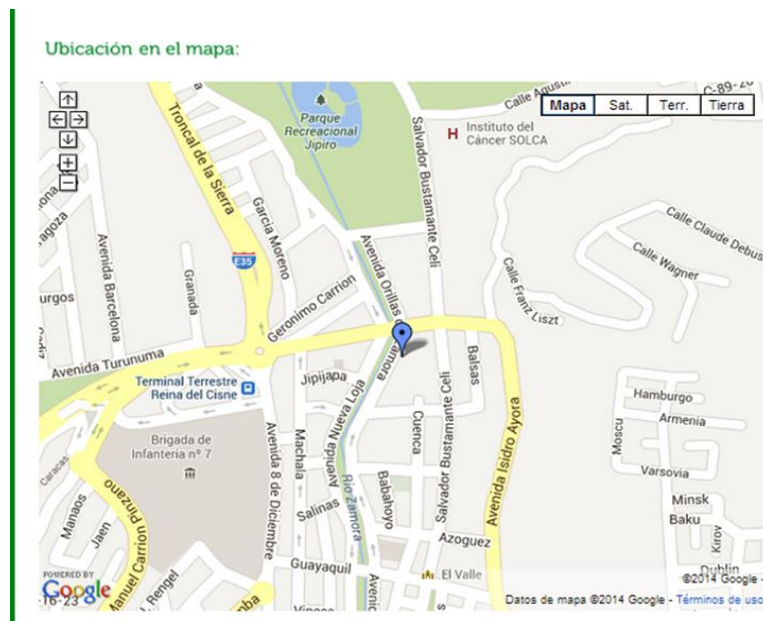
**BIBLIOTECA:** Área de la Educación, el Arte y la Comunicación

TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR/NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DEGRADACIONES	NOTAS OBSERVACIONES
				NACIONALIDAD	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO COMUNIDAD		
TESIS	<p><b>Susana Magdalena Jiménez Achupallas</b></p> <p>PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA 2013-2014</p>	UNL	2015	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	LOJA	EL VALLE	EL VALLE  UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, SECCIÓN NOCTURNA	CD	Lic. Ciencias de la Educación, Mención: Psicología Educativa y Orientación

## MAPA GEOGRÁFICO



## CROQUIS DEL TERRITORIO INVESTIGADO





## ESQUEMA DE TESIS

PORTADA

CERTIFICACIÓN

AUTORÍA

CARTA DE AUTORIZACIÓN

AGRADECIMIENTO

DEDICATORIA

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

ESQUEMA DE TESIS

- a. TÍTULO
- b. RESUMEN EN CASTELLANO Y TRADUCIDO AL INGLÉS
- c. INTRODUCCIÓN
- d. REVISIÓN DE LITERATURA
- e. MATERIALES Y MÉTODOS
- f. RESULTADOS
- g. DISCUSIÓN
- h. CONCLUSIONES
- i. RECOMENDACIONES
  - ❖ PROPUESTA ALTERNATIVA
- j. BIBLIOGRAFÍA
- k. ANEXOS

**a. TÍTULO**

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA  
FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS  
ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C,  
SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA  
2013-2014**

## **b. RESUMEN**

La investigación tiene como objetivo diseñar una propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C sección nocturna de la Unidad Educativa Calasanz; es un estudio descriptivo de corte transversal, diseño cuasi experimental, la muestra fue de 30 estudiantes; se utilizaron los métodos: científico, analítico, inductivo-deductivo, descriptivo, histórico, lógico, de diagnóstico, modelación. Se empleó el cuestionario de funcionalidad familiar y autoestima. Resultados: diagnóstico el 73,33% no conversan en familia, el 76,66% no sienten satisfacción personal; pretest el 66,66% existe involucramiento afectivo disfuncional, el 46,66% manifiesta autoestima emocional bajo; posttest el 99,66 % fortaleció la funcionalidad familiar elevando el nivel de patrones de comunicación funcional, y en la autoestima física el 66,66%. Existe una correlación positiva muy alta  $r=0,99$  en involucramiento afectivo funcional y  $r=0,67$  correlación positiva moderada en autoestima académica. Se concluye que existe disfuncionalidad familiar y baja autoestima en los estudiantes.

## **SUMMARY**

The investigation it had as aim design an offer of educational intervention to strengthen the familiar functionality and to improve the auto esteem of the students who are in the second year of bachelor's degree C in the Educational Unit Calasanz; it was a descriptive study of transverse court, almost an experimental design. The sample was made it in 30 students; the methods were in use: scientific, analytical, synthetic, inductive - deductive, descriptive, comprehensive, of diagnosis, of production and model application. It uses the questionnaire of familiar functionality and auto esteem. Results: the diagnose shows that 73, 33 % do not converse in family, 76, 66 % that they do not have personal satisfaction. Pre-test familiar functionality is showing that 66, 66 % have dysfunctional affect; pos-test 99, 66 % improve in a high level of functional communication. Pre-test of auto esteem shows 46, 66 have a low level of emotional auto esteem, pos-test have high level of 66, 66 % with low physical auto esteem. Using the r of Pearson we have a positive familiar relation of 0.99, also exists functional affective, 0.67 with positive relation moderated in academic auto esteem. In conclusion this study shows familiar dysfunction and low auto esteem in the students.

### **c. INTRODUCCIÓN**

En pleno siglo XXI es de trascendental importancia analizar la funcionalidad familiar para garantizar un buen desarrollo psicoemocional de sus miembros. La familia al ser un sistema abierto, dinámico, dirigido a metas, conductas, tiene sus propios hábitos que permiten comprender la estructura, las relaciones existentes entre sus miembros, las relaciones del individuo y la familia con el medio y con su grupo de apoyo social. Para los autores Mc Cubbin & Thompson (1987) la funcionalidad familiar es “aquel conjunto de atributos que caracterizan a la familia como sistema y que explican las regularidades encontradas en la forma cómo el sistema familiar opera, evalúa o se comporta”; es así que la funcionalidad familiar integra el ajuste, funcionamiento y adaptación familiar a los acontecimientos que surgen a lo largo del ciclo vital familiar; mismo que determina la salud emocional de los miembros de la familia como individuos.

El funcionamiento familiar se centra en la unidad biopsicosocial, lo que significa ser uno mismo, la familia asegura el equilibrio, dando al hombre una continuidad, cambiando, permitiendo la socialización del individuo, es decir su pertenencia e integración o fusión de apertura por el otro, asegurando su determinación de lo que vive personalmente. Es así que Ortega (2001) habla “que la familia es el primer grupo humano en el que estoy integrado, me da dimensiones de los demás, me socializa, aprendo a vivir con otros , aprendo normas de convivencia, aprendo a respetar y a querer a otro, me da responsabilidad social”, lo que permite adquirir una identidad, estabilidad y autonomía logrando controlar los conflictos, de adaptación, aprendizaje y logro de un mayor desarrollo como un ser auténtico, genuino; debido a que el primer valor que un individuo se atribuye es el sentimiento de ser digno, de dar amor, esta es la primer fuente de autoestima, es aquí donde aprende a conocerse y a conocer su entorno llegando a definir sus capacidades físicas, intelectuales, académicas y sociales lo que se ve influenciado por las personas que hay a su alrededor lo que le permite tener su propia identidad.

Frente a estos referentes se planteó el tema: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA 2013-2014

Este tema se originó al realizar las prácticas pre profesionales en la Unidad Educativa Calasanz sección nocturna, se trabajó en el departamento de Consejería Estudiantil, especialmente con estudiantes de bachillerato en edad adulta padres y madres de familia, trabajadores; quienes presentaban problemas familiares repercutiendo en el comportamiento y rendimiento académico, revelaban problemas de separación, migración de las parejas, alcoholismo, desempleo, abandono, infidelidad, limitada comunicación familiar, así mismo mostraban baja autoestima, dificultad para relacionarse con los demás, insatisfacción con consigo mismo, desconfianza de sus capacidades. Frente a esta realidad se formula la siguiente pregunta: ¿De qué manera la propuesta de intervención educativa contribuirá al fortalecimiento de la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014; como objetivo general se planteó: diseñar una propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes. Los objetivos específicos: 1) construir una base teórica para fundamentar científicamente la funcionalidad familiar y la autoestima; 2) diagnosticar la funcionalidad familiar y la autoestima de los estudiantes investigados; 3) diseñar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes. 4) Aplicar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de la población investigada, 5) validar la efectividad de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes.

El presente estudio se fundamentó en la revisión de literatura, tomando los diferentes aportes científicos que orientaron la fundamentación y explicación de la temática, referida a la funcionalidad familiar y autoestima. Como: teorías de la funcionalidad familiar, función, tipos, ciclo evolutivo, organización familiar, estilos de crianza, comunicación familiar. De igual forma se fundamentan las bases teóricas de la autoestima, desarrollo de la autoestima en la adolescencia, importancia, tipos, dimensiones de la autoestima. Además se teorizo sobre la propuesta educativa y el coeficiente lineal de la r de Pearson, considerado para validar la propuesta.

Para esta investigación, se utilizaron diferentes métodos y procedimientos de indagación. Los métodos teóricos empleados fueron: el científico, analítico, inductivo-deductivo y el histórico – lógico. Además se seleccionó un conjunto de métodos como el comprensivo, de diagnóstico, de modelación, coeficiente de correlación lineal r de Pearson para la valoración de la efectividad de la alternativa; los mismos que contribuyeron a dar respuesta a los objetivos planteados. La técnica utilizada fue la encuesta orientada a obtener datos sobre la funcionalidad familiar y autoestima desde la percepción de los estudiantes. Los instrumentos utilizados para pre y post-test: Cuestionario de Evaluación de Funcionalidad Familiar (EFF), de Atri; y el de autoestima en adolescentes (AUT-AD), de García & Musitu; aplicados a una muestra de 30 estudiantes del segundo año de bachillerato C.

Desde esta perspectiva se pudo intervenir con una propuesta de intervención educativa, la misma que se desarrolló a través de talleres una vez a la semana en dos periodos clase, cada actividad estuvo planificada para fortalecer la funcionalidad familiar y la autoestima como una estrategia de apoyo al desarrollo integral de los estudiantes.

Los resultados obtenidos se analizaron utilizando la técnica del ROPAI (Recoger los datos, Organizar en cuadros, Presentar gráficos y el Análisis e Interpretación). Resultados del diagnóstico fueron: el 70 % de los

estudiantes no tienen manifestaciones de cariño, el 76,66% de los investigados no están satisfechos de sí mismo.

Posteriormente se aplicó el pre-test sobre la funcionalidad familiar revelando que existe involucramiento afectivo disfuncional en alto nivel de 66,66%, patrones de comunicación disfuncional con el 53,33%. Después de haber aplicado la alternativa de intervención educativa los resultados del pos-test evidentemente aumentaron los niveles altos en: patrones de comunicación funcional con el 96,66%, en nivel medio el 73,33 % en involucramiento afectivo funcional.

Pre-test de la autoestima demuestra que el 43,33% tiene autoestima física en niveles bajos. Después de haber aplicado la propuesta los resultados del pos-test aumentaron en un alto nivel la autoestima física con el 66,66%.

Para comprobar la validez de la alternativa se aplicó el método correlacional de la  $r$  de Pearson; funcionalidad familiar  $r(x, y) = 0,99$  la correlación es positiva muy alta en involucramiento afectivo funcional, significa que la propuesta fue efectiva para esta área; pero en el área de resolución de conflictos tuvo una correlación  $r(x, y) = 0,17$  positiva muy baja, de manera que el impacto fue muy bajo para la resolución de problemas.

La correlación  $r(x, y)$  para la autoestima en el área académica fue de  $r(x, y) = 0,67$  teniendo una correlación positiva moderada significando gran impacto en la alternativa propuesta, pero para la autoestima familiar la correlación es  $r(x, y) = 0,31$  lo que representa que el impacto fue positivo bajo.

Con estos resultados se llegó a la siguiente conclusión: El grupo de alumnos que participó en la propuesta de intervención educativa, mostró puntuaciones altas en disfuncionalidad familiar y baja autoestima; luego de aplicar la propuesta de intervención educativa las puntuaciones del postest evidentemente aumentaron los niveles en: patrones de comunicación



funcional, resolución de problemas, e involucramiento afectivo funcional y se vio reforzada la autoestima en las dimensiones física, académica, emocional y social; existe gran interés tanto en autoridades del centro educativo, docentes y estudiantes ante este tipo de propuestas. Se recomienda al Departamento de Consejería Estudiantil analizar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y autoestima ya que contribuye al desarrollo de la persona como miembro de la familia y aporta datos que pueden ayudar a la formación de los estudiantes e incorporarse en el buen vivir.

## **d. REVISIÓN DE LITERATURA**

### **1. FUNCIONALIDAD FAMILIAR**

#### **ORGANIZACIÓN FAMILIAR**

Para el autor Canales (2013) la función más importante de la familia es que representa gran parte de la base o el cimiento para la estabilidad y la adecuada autoestima de un ser humano.

La familia funciona como un sistema abierto, donde existe una interacción constante entre cada uno de sus miembros; y como es un sistema completo, el comportamiento de cada uno de sus miembros tiene influencia y estímulo en la vida de los demás. Por lo tanto un comportamiento de uno de los integrantes de la familia, produce cambios en los demás miembros. No existe La familia perfecta, pero existen familias medianamente funcionales y familias disfuncionales.

En el sistema familiar toda acción repercute en los integrantes de la familia.

#### **FAMILIA FUNCIONAL**

En una familia funcional se genera una adecuada autoestima y seguridad entre sus miembros, se promueve la sanidad espiritual y emocional de cada uno de sus miembros.

En toda familia hay reglas, y los miembros las crean; particularmente los padres. Y como la familia es un sistema vivo, las reglas se van modificando de acuerdo a los cambios que los miembros van experimentando

Es por esta razón que el autor Joseluis Canales (2013, p.146) expone las reglas de una familia funcional:

- Las reglas son congruentes, racionales, y se adaptan a las necesidades reales de la familia.
- Existe la expresión abierta de las necesidades básicas y de los afectos de los miembros.
- Las diferencias individuales, tanto en la forma de pensar y de actuar, como en las necesidades de cada uno de los miembros, pueden ser aceptadas.
- Los conflictos son vividos, únicamente como diferencia de opiniones entre los miembros, y no amenazan la estabilidad familiar.
- Tanto los conflictos como los acuerdos, se expresan de forma libre, abierta, y desde las emociones.
- Los mensajes verbales y no verbales son congruentes.
- Existen límites claros en los roles y en las manifestaciones emocionales de los miembros.
- Se promueve la individualidad y el respeto entre los integrantes.
- Los padres funcionan como un equipo junto a sus hijos, lo que promueve que se relacionen en términos de afecto y apoyo mutuo.
- Existe un proceso balanceado entre el proceso de dar y recibir, ya que es tan importante recibir del sistema familiar, como cuidar de él.
- La lealtad hacia el sistema es primordial.
- En una familia sana, cada miembro goza de su espacio-físico y psicológico-, y esta independencia nutre al sistema familiar.
- Cuando algún miembro tiene un problema, se pide ayuda al sistema, y la familia puede pedir ayuda al exterior.

Si todas las familias fueran medianamente funcionales, los seres humanos viviríamos en armonía y toleraríamos las diferencias de los demás. Lamentablemente fuimos muchos los que fuimos criados por padres tóxicos, en las familias disfuncionales que lastimaron nuestro autoconcepto y nuestra relación con el mundo.

## **FAMILIA DISFUNCIONAL**

En una familia disfuncional donde se presenta un comportamiento inadecuado o inmaduro de parte de uno de los padres o de ambos, se inhibe el crecimiento de la individualidad y de la capacidad de relacionarse sanamente entre los miembros de ese sistema familiar; donde se promueve la culpa, el miedo, la irracionalidad y el sentimiento de desamparo.

Una familia disfuncional funciona de la siguiente manera:

- El padre tóxico es el origen de la disfuncionalidad
- Las reglas se establecen a partir de los caprichos irracionales de los padres.
- Se imponen reglas rígidas que no permiten ni la manifestación afectiva de sus miembros, ni la expresión de sus necesidades.
- La paz se mantiene a expensas de la individualidad de cualquiera de sus miembros.
- Se prohíbe la expresión abierta de las necesidades básicas y de los afectos de los miembros, pues es amenazante para el sistema.
- Al no existir el espacio físico y psicológico individual para cada uno de los miembros, se generan círculos viciosos donde no se permite la ayuda del exterior.
- Los conflictos se perciben como un reto a la autoridad y como un riesgo a la estabilidad; por lo que se evitan, se niegan, se reprimen, y se esconden dentro y fuera del sistema. En estas familias, generalmente se vive y se actúa como “si no pasara nada”.
- Frecuentemente, uno de los esposos se somete al otro, lo cual alimenta en la familia, el miedo al abandono y a la poca valía del individuo. Con este ejemplo de los padres, los hijos aprenden a ser tiranos, o bien a someterse a los deseos de los demás.

- Hay incongruencia entre la comunicación verbal y no verbal, pues se presentan contradicciones constantes entre lo que se dice y el comportamiento de los miembros; particularmente de los padres.
- Los padres no actúan como un equipo, si no que generan alianzas entre sus hijos, provocando que estos se ataquen entre sí. Esto promueve las relaciones agresivas, de competencia y de separación entre los hermanos.
- Se aprende que no hay un balance en el proceso de dar y recibir dentro del sistema; lo que causa que los miembros aprendan a no sentirse merecedores de afecto y estabilidad por parte del medio, o a ser egoístas y centrados en sí mismos.
- La lealtad al sistema deja de ser un valor
- La dependencia se vuelve excesiva, pues la autonomía de los miembros se limita grandemente.
- La protección o la disciplina se tornan excesivas; y los padres provocan – directa o indirectamente- una disfunción en los hijos.
- Los padres involucran a los hijos en los conflictos parentales; y cada padre “trata de jalar” al hijo hacia a su lado, logrando que la alianza con alguno de ellos sea permanente. Esta situación impulsa al padre a crear una relación posesiva y de “pareja” con el hijo, donde este pierda su individualidad; y además genera, en el otro padre, resentimiento, culpa y miedo, así como altos niveles de dependencia.
- Los hijos se vuelven el blanco de la agresión de los padres.

Entonces los padres tóxicos generan familias disfuncionales; que se identifican básicamente por cuatro características:

- Amalgamiento de la familia.- es una familia donde no existe respeto al individuo; en la cual, los padres pueden entrometerse en la vida de los hijos, decidiéndolo todo. Este patrón disfuncional impide la formación de una personalidad sana; ya que inhibe el espacio vital físico, psicológico, y espiritual de la persona.

- Rigidez.- consiste en el establecimiento de reglas que no admiten posibilidad de cambio; y que se imponen arbitrariamente para todos los miembros de la familia, exceptuando, probablemente a quienes las impuso.

Algunas consecuencias de la rigidez son: la rebeldía contra todo y contra todos, la frustración, el resentimiento y la incapacidad de elaborar el criterio flexible, de acuerdo las circunstancias.

El extremo contrario es la falta de límites. Esta conducta también es destructiva, al no contener ningún tipo de contención emocional y de orientación y apoyo, genera en un hijo la sensación de no ser querido.

- Sobreprotección.- es la generación de dependencia, hasta terminar por “lisiar” emocionalmente a la persona. La sobreprotección es la actitud equivocada de pretender resolver todos los problemas del sistema familiar, al basarse en la creencia de que “solo yo tengo la capacidad para hacerlo”.

Este patrón disfuncional no permite que el ser humano se desarrolle en su totalidad, ya que le impide vivir ciertas experiencias necesarias y desarrollar sus capacidades y autoestima. Al mismo tiempo fomenta en la persona inseguridad ante la vida y los problemas que ella conlleva; al impedir el desarrollo del instinto de agresión, necesario para saber luchar, defenderse y competir. Y peor aún, la sobreprotección genera en el hijo miedo, inseguridad y una gran sensación de inadecuación en el mundo, al sentir que no tiene la posibilidad de sobrevivir por sí mismo en el mundo.

- Evitación del conflicto.- es la característica más importante, por ser la más dañina; la familia pudiera hablar del conflicto y de lo que siente, si pudiera discutir su problemática, y si existiera en su interior una

correcta comunicación emocional, sin restricciones verbales, esa familia podría salir delante de una manera sana.

-  
En una familia que se evita hablar de conflictos, no existen enfrentamientos y no se habla de las situaciones dolorosas; razón por las cuales no se ventilan los problemas reales. Este mutismo genera en una carga emocional que se convierte en una “bomba de tiempo”, la cual termina por explotar en el momento menos esperado.

Las consecuencias de no hablar de los problemas profundos, de los secretos, del dolor emocional es que, al reducirse la comunicación entre los miembros de la familia, se evita la intimidad entre ellos, se distancia cada vez más y se convierten en extraños entre sí.

Susan Forward, en su libro, “Toxic Parents”, divide a los padres tóxicos en seis grupos:

- a. Los padres inadecuados.- solo se encuentran en sus propios problemas, con lo que provocan que sus hijos se conviertan en “mini adultos”, que desde muy pequeños los cuidan.
- b. Padres controladores.- utilizan la culpa la manipulación y la sobreprotección para tener pleno control de la vida de sus hijos.
- c. Los alcohólicos o adictos.- generan un ambiente de tensión emocional por el abuso de sustancias, aunando la negación de la enfermedad.  
Tienen cambios de estado caóticos y sus adicciones les dejan muy poca energía para cumplir con su rol de padres.
- d. Los abusadores verbales.- utilizan groserías despectivas para dirigirse a sus hijos. Son sarcásticos y desmoralizan a sus hijos mediante una devaluación constante hacia ellos.

- e. Los abusadores físicos.- son incapaces de controlar sus impulsos, para especialmente la ira, y constantemente responsabilizan a sus hijos de su propio ingobernable comportamiento.
- f. Los abusadores sexuales.- abiertamente han sexualizado con sus hijos o son altamente seductores; lo que produce una gran confusión en el niño y destruye lo más sagrado que tiene: la inocencia.

Un padre toxico termina con acabar con la estabilidad emocional y con la posibilidad de ser feliz de un hijo: “ya que no valgo nada y soy débil, merezco morir”, y esto es, lo que puede generar o fomentar el pensamiento suicida del joven. (p. 145-154)

Todos estos aspectos generan disfunción familiar ya sea por falta de comunicación, falta de afectividad, por padres, autoritarios, permisivos, negligentes, minan la esencia y valor de cada uno de los integrantes de la familia; al contaminar su autoconcepto, su valía, personal, especialmente su seguridad para tomar decisiones que le ayuden a afrontar las vicisitudes del diario vivir lo que repercute en su autoestima.

## **TIPOS DE FAMILIA**

En la sociedad de hoy en día encontramos distintos tipos de familia que para clasificarla se basa en la definición de que una familia es un conjunto de personas pariente o no que viven en una misma casa; de acuerdo a los autores (Martínez, Álvarez & Fernández, 2009, p.57) los tipos de familia “hace referencia a los elementos propios del sistema familiar, número de personas pertenecientes al grupo familiar y las relaciones que se establecen entre ellos”; el único requisito es que compartan los mismos intereses, los tipos de familia son:



- Familia nuclear.- es la típica familia clásica conformada por padre, madre e hijos.
- Familia monoparental.- es el resultado del fallecimiento o separación de uno de los cónyuges; solo hay un padre o una madre e hijos.
- Familia troncal o múltiple.- está constituido por varias generaciones que viven bajo el mismo techo padres, hijos y abuelos.
- Familia extensa.- es la convivencia de distintas generaciones como son abuelos, tíos, padres, sobrinos y nietos.
- Familia multigeneracional.- la constituyen al menos tres generaciones que viven bajo el mismo techo y el hombre de más edad es la autoridad.
- Familia reconstituida.- está formada por padre o madre con algún hijo que procede de un grupo familiar anterior con el cónyuge actual.
- Familia agregada conocida también como pareja de hecho o unión libre y que tiene derecho legal y económico.

## **CICLO EVOLUTIVO DE LA FAMILIA**

Para Chávez la familia no es una organización estática, pasiva o inmutable; todo lo contrario, la familia es un organismo vivo, integrado por cada uno de sus miembros (padres, hijos y familiares de pareja) que están interactuando constante mente. Este “organismo familiar”, como todo ser vivo, nace, crece, se reproduce y muere y en cada etapa de este desarrollo bio-psicológico presenta características muy peculiares. (P.34).

El psicólogo debe conocer y debe y tomar en cuenta para ofrecer una verdadera atención de orientación familiar y prevenir los posibles desajustes psicosociales y emocionales del individuo.

Para las doctoras Estremero & Gacia (2008) sostienen que la familia no solo puede entenderse desde el aspecto tradicional (mamá, papá e hijos) sino que también se puede estar constituida por uno de los padres y los hijos, uno de los padres y otros familiares, hijos a cargo de otros adultos (incluso no

familiares). Sus funciones específicas son: dar afecto, cuidar y educar a sus hijos, es la primera fuente de estímulo para los niños.

Los papás regulan las demandas de alimento, afecto, protección y seguridad. Es el espacio donde los niños pasan de la dependencia infantil a la independencia y vida adulta. Para la cual la familia crea el ámbito de contención, ayudándolo a aprender a cuidarse, a tener confianza en si mismo, ser capaz de tomar decisiones y de aceptar o rechazar influencias ajenas. (p. 35).

A lo largo de la vida las familias atraviesan distintos tipos de crisis que según las características, que se clasifican en crisis evolutivas o inesperadas.

- Crisis evolutivas.- Son aquellos cambios esperables (biológicos) por las cuales atraviesan las personas. Dichos cambios requieren de un tiempo de adaptación para enfrentar los nuevos desafíos, que forman parte del desarrollo de la vida normal.
- Crisis inesperadas.- Aquellas que sobrevienen bruscamente, que no están en la línea evolutiva habitual (muerte temprana de un padre, pérdida de empleo, exilio forzoso etc).

Tanto las crisis evolutivas como inesperadas pueden ser atravesadas por personas, familias distintas de diferentes maneras dependiendo de los recursos que tengan y de las experiencias previas (adaptación a crisis anteriores). Teniendo en cuenta que unas familias podrán pasar con mayor facilidad y capacidad de adaptación y otras tanto no.

El ciclo vital familiar está inmerso en la cultura y costumbres a las que pertenece la familia, por las que no hay formas correctas o incorrectas de pasar por las diferentes etapas.

Estas etapas son:

1. Constitución de la pareja
2. Nacimiento y crianza
3. Hijos en edad escolar
4. Adolescencia
5. Casamiento y salida de los hijos del hogar
6. Parejas en edad madura
7. Ancianidad

#### ❖ **Constitución de la pareja**

Con la formación de una nueva pareja queda constituido un nuevo sistema, que será el inicio de una nueva familia, este nuevo sistema/pareja tendrá características nuevas y propias. A su vez cada uno miembro de la pareja traerá creencias, modalidades y expectativas que habrán heredado de sus propias familias de origen. Al formar un nuevo sistema tendrán que examinar cada una de éstas y negociar para establecer su nueva identidad como una nueva familia; aceptando las diferencias y manteniendo sus individualidades. En la evolución de una pareja habrá diferentes etapas, momentos de tranquilidad y otros de crisis. Es normal que la pareja pase por una etapa inicial donde ambos se hacen impermeables a las cosas externas (ambos, familia, trabajo), es una etapa que permite consolidar la unión en lo emocional, social y sexual. Este aislamiento inicial ira variando con el tiempo y la evolución de la pareja.

#### ❖ **Nacimiento y crianza**

El nacimiento de un hijo crea muchos cambios tanto en la relación de la pareja como en toda la familia. Aparecen nuevos roles y funciones: madre, padre (función materna y paterna) y con ellos los de la familia extensa: abuelos, tíos, primos, etc.

Las funciones de los padres se diferencian para poder brindar al niño la atención y cuidados que necesita. La madre se unirá con él bebe, interpretando y descifrando sus necesidades de cuidado y de alimentación. Esta unión es normal y necesaria para la buena evolución de toda la familia. Durante este periodo el padre es un observador que participa activamente desde afuera sosteniendo esta relación y haciendo el nexo de entre madre-hijo/ mucho. Llegará el momento donde el hombre deberá recuperar a su mujer como pareja y a su hijo en relación a él.

La incorporación de un hijo en la familia provoca inevitablemente mucha tensión en la pareja. Son frecuentes los reproches, la depresión, el cansancio de ambos padres, dificultad para ponerse de acuerdo en cómo y cuándo hacer las cosas. Es un momento de vuelco hacia la familia extensa. A veces esto es tomado con alegría y en forma positiva y en otra aumenta la tensión o los conflictos.

Los problemas más frecuentes son la persistencia en la unión madre-bebe a lo largo del tiempo, intolerancia por parte del padre de ocupar un lugar secundario durante los primeros meses, excesiva participación de la familia extensa en el cuidado del bebe, con la consecuente dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario.

#### ❖ **Hijos en edad escolar**

Esa es una etapa crucial en la evolución de la familia. Es el primer desprendimiento del niño del seno familiar. Se unirá a una nueva institución con maestros y compañeros y realizara nuevas actividades fuera del hogar. En cierta medida es la puesta a prueba de todo lo que la familia inculcó en los primeros años al niño (limites, relación con la autoridad y pares). La red social del niño se amplía y se comenzará a relacionar con otros adultos significativos (maestros).

Estas nuevas experiencias pueden ser transmitidas al niño como algo bueno, donde el crecimiento tiene una connotación positiva o pueden ser vividas como una pérdida o un abandono, lo cual hará que el niño se encuentre en una situación muy conflictiva (de elección entre familia y fuera) y dificulte su adaptación. Por primera vez los padres tendrán una imagen externa de su hijo, la imagen que les transmitirán los maestros.

### ❖ **Adolescencia**

La adolescencia es una etapa de grandes crisis para la mayoría de los individuos y las familias, se producen grandes cambios en todos los integrantes del núcleo familiar y en la relación de estos con el exterior.

El adolescente sufre una gran crisis de identidad. Su cuerpo sufre cambios y aparecen los caracteres sexuales secundarios bien definidos (cambio de voz, vellos). Comienza a ampliar su contacto con el mundo externo y el espacio geográfico en el que se mueve, lugares donde los padres no son invitados a participar. Es una etapa de grandes turbulencias emocionales para el adolescente que atraviesa el desafío de transformarse en adulto (dejando la imagen idealizada de los padres de la infancia), definir su identidad sexual y conquistar cierto grado de autonomía en lo emocional y mental. Las relaciones con sus pares, sus grupos, pasan a ser primordiales en la vida del adolescente. El grupo ayuda a elaborar todos los cambios que le van sucediendo y ayuda a separarse de sus padres. Es importante para el adolescente sentir que se puede alejar de su casa sin perder a los padres, lo que intenta confirmar con sus actos de rebeldía.

Por momentos el adolescente se torna un ser de difícil manejo por parte de los padres, la familia y la sociedad en general. No olvidemos

que a su vez los padres están pasando por la crisis de la edad media, momento en el cual aparece la incertidumbre de no ser joven, hay una evaluación de todo lo realizado hasta el momento en todos los planos y enfrenta a los padres nuevamente como pareja.

Para el adolescente es importante la presencia de límites firmes (con posibilidad de renegociarlos de acuerdo al crecimiento), con espacio para que ellos experimenten y se equivoquen, teniendo la oportunidad de recurrir a sus padres si lo necesitara. Esto lo hace sentir seguro, la ausencia de los límites hace que el adolescente se sienta solo, desamparado y da lugar a que aparezcan conductas de riesgo (violencia, embarazos no deseados, drogas, alcohol, etc.) con el propósito de llamar la atención de sus padres.

Los problemas frecuentes que atraviesan los padres en esta etapa es la dificultad para poner los límites adecuados, esto se refleja en padres que se transforman en “amigos” de sus hijos, sin una clara diferencia de roles, dejando “huérfanos” al adolescente.

#### ❖ **Salida de los hijos del hogar**

Esta nueva etapa está marcada por la capacidad de la familia de origen para desprenderse de sus hijos e incorporar a nuevos individuos como el cónyuge y la familia política. Los hijos entraran en una nueva etapa donde deberán formar su propia familia, con las características antes mencionadas, para poder continuar con el ciclo vital.

Desde el punto de vista de los padres, se enfrentan con la salida definitiva de los hijos del hogar. Hasta ahora se había agrandado el círculo social y afectivo en que se movía el /la joven, pero seguía siendo la familia de origen la única y la de pertenencia. A partir de

este momento los padres deberán reconocer la nueva familia como diferente y con características propias, aceptando la incorporación de otros en la vida familiar.

#### ❖ **Edad madura**

La pareja se enfrenta a nuevos desafíos. Por un lado el reencuentro entre ellos, dado por la salida de los hijos del hogar y por cese laboral. De las características de este encuentro dependerá que la pareja continúe unida o no. Por otro lado deberán enfrentar cambios no solo en lo individual si no también familiar.

El fin de la vida laboral (jubilación) que para algunos es tomada como el inicio de una nueva etapa, donde tendrán la oportunidad de realizar cosas postergadas durante la juventud, disfrutar de los nietos y seguir generando proyectos, para otros es el fin de su vida activa y el paso hacia una etapa “improductiva”.

Dentro de las familias aparecen nuevos roles: abuelo/a. este nuevo rol les permite a los padres, ahora abuelos, tener un contacto más libre y placentero con los nietos que lo que tenían con sus propios hijos.

#### ❖ **Ancianidad**

Cada uno de los integrantes sufrirá cambios a nivel corporal (mayor fragilidad, enfermedades crónicas, etc.) y/o emocional (pensamientos con respecto a la muerte, pérdida de seres queridos, etc.) todo esto requiere de un tiempo de procesamiento. En esta etapa del ciclo vital suele haber un revés en cuanto a quién proporciona los cuidados físicos, emocionales incluso los económicos de los padres. Las características de estos nuevos vínculos dependerán de cómo se establecieron las relaciones a lo largo de la historia familiar.

Por otro lado son los abuelos los encargados de transmitir la historia, ritos y costumbres a las nuevas generaciones, ayudando así a establecer su identidad individual y familiar. Esto les pone a ellos en un lugar privilegiado, que hoy en día es descuidado por las familias y la sociedad en general. (P.19-21).

## **ESTILOS DE CRIANZA**

Los estilos de crianza son importantes para el desarrollo bio-psicosocial del niño cuya forma de interactuar del padre o la madre con su hijo sienta las bases para el desarrollo social y emocional del presente y futuro del niño. Esto requiere de autoconciencia sobre su propio manejo de las emociones, un conocimiento de las emociones de los demás específicamente de su niño y método de respuesta.

Para Smalley Gary (2011). Existen cuatro estilos principales de crianza (p. 225).

### **- Padres dominantes**

Los padres dominantes tienen por lo general normas y expectativas muy elevadas. Constantemente aumentan las exigencias sobre sus hijos y los retan a lograr la excelencia. Quieren lo mejor para sus hijos y siempre están pensando en el futuro. Lamentablemente los padres dominantes rara vez ofrecen apoyo tierno y afectivo.

Son padres muy rígidos con las normas y poco afectuosos. Intentan imponer su criterio contando muy poco con las necesidades emocionales del niño. Para estos padres lo importante es la disciplina y dominio para controlar la situación.

El estilo dominante produce mayor agresividad en los niños más pequeños. Este alto nivel de agresividad se prolonga durante toda la vida.



- **Padres negligentes**

Los padres negligentes tienden a carecer de apoyo afectivo hacia sus hijos como el control hacia ellos. Muestran una actitud indiferente o inmadura y atacan verbalmente al niño cuando se sienten presionados o molestos. Estos padres tienden a aislarse de sus hijos al recurrir en demasía de niñeras para dedicarse a sus propias actividades egoístas. Consideran al niño una molestia

- **Padres permisivos**

Los padres permisivos tienden a ser afectivos y comprensivos para con sus hijos, pero son débiles a la hora de fijar y hacer cumplir las reglas y las normas.

Una de las razones para que los padres sean demasiado permisivos es el temor interno que tienen hacer daño a sus hijos si son muy estrictos.

Lo positivo es que los padres dan mucha comprensión, transmite al niño confianza y una capacidad mayor para expresar lo que siente y piensa.

Lo negativo es que no ponen reglas, los hijos no tienen tareas que realizar en casa; su exceso de permisividad da lugar a actos indeseables, como golpear a otros, escribir en las paredes y romper las cosas.

- **Padres democráticos**

Se caracterizan porque combinan el alto grado de control y de afectividad. Son padres que suelen poner límites a la conducta de los hijos, pero tienden a explicar y a razonar el porqué de las reglas. Escuchan las objeciones que ponen los hijos y cuando son

razonables no tiene ningún problema de ser tolerantes con las demandas de sus hijos. García et al. (2010, p. 306).

Los estilos de crianza repercuten en las actitudes de los hijos volviéndose un círculo vicioso.

## **FUNCIÓN DE LA FAMILIA**

Según el autor Rodrigo (2008) la familia es “un contexto de desarrollo y socialización y desde la perspectiva de los padres es un contexto de desarrollo y realización personal ligada a la adultez humana y a las etapas posteriores de la vida”. Los padres son los promotores de desarrollo de los hijos surge una serie de funciones en la familia.

- **Es un escenario donde se construyen personas adultas** con determinada autoestima y un determinado sentido de sí mismo, y que experimentan un cierto bienestar psicológico en la vida cotidiana frente a los conflictos y situaciones estresantes. Gran parte del secreto de dicho bienestar está relacionado con la calidad de las relaciones de apego que las personas adultas han tenido desde su niñez, relaciones de las cuales se derivan la seguridad y confianza en sí mismos, y en los demás para plantear las relaciones de apego en la vida adulta.
- **Es un escenario donde se aprende a afrontar retos, así como asumir responsabilidades y compromisos** que orientan a los adultos hacia una dimensión productiva, plena de realizaciones y proyectos e integrada en el medio social.
- **Es un escenario de encuentro intergeneracional** donde los adultos amplían su horizonte vital formando un puente hacia el pasado (la generación de los abuelos) y hacia el futuro (la generación de los

hijos). La principal materia de construcción y transporte entre las tres generaciones son el afecto, valores que rigen la vida de los miembros de la familia y sirve de inspiración y guía para sus acciones. En este sentido los abuelos pueden ayudar a sus hijos en la tarea de educar a los nietos; pero también los abuelos se pueden constituir en puntos de referencia para que sus hijos y nietos puedan contrastar su visión del mundo y beneficiarse de su sabiduría.

- **Es una red de apoyo social para las diversas transiciones vitales** que ha de realizar el adulto: búsqueda de pareja, de trabajo, de vivienda, de nuevas relaciones sociales, jubilación, vejez, etc. La familia es un núcleo que puede dar problemas y conflictos, pero también constituye un elemento de apoyo ante dificultades surgidas fuera del ámbito familiar y un punto de encuentro para tratar de resolver las tensiones surgidas en su interior (p.34-35).

## **AUTOESTIMA**

### **BASES TEÓRICAS DE LA AUTOESTIMA**

Es necesario penetrar en el estudio de las principales teorías en las cuales ésta investigación fundará sus basamentos siendo imprescindible puntualizar el concepto de autoestima como tal. Esta es uno de los grandes descubrimientos de las ciencias de la conducta en el siglo XX.

Según Benavides (2009) habla de las bases teóricas de la autoestima que influyen en la autoestima de los estudiantes y su influencia en el rendimiento académico.

- 1969 Stanley Coopersmith considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí misma.

- 1981 Coopersmith corrobora sus definiciones afirmando que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí misma se expresa a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Añade además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo.
- 1990 Stanley Coopersmith define cuatro áreas de evaluación que una persona hace y mantiene con respecto a si misma:
  - Área sí mismo: Valoración que el sujeto se da de sí mismo
  - Área social: Valoración que el evaluado da a su medio social
  - Área hogar: Valoración que el evaluado da a su entorno familiar
  - Área escuela: Valoración que el evaluado da a su entorno escolar
- Abraham Maslow en su teoría sobre la motivación humana de la autorrealización afirma que cada uno de nosotros posee una naturaleza interna, conforme se satisfacen las necesidades más básicas los seres humanos desarrollan necesidades y deseos más elevados como es la autorrealización que implica reconocimiento, afiliación y seguridad.
- 1967 Carl Rogers establece que la autoestima es la composición experiencial manifestadas por el yo positivo, único y bueno, al momento de relacionarse con el medio en general y valor que le da al mismo.

Estos antecedentes relatan la evolución del concepto autoestima como determinante del bienestar psicológico del ser humano.

## **DEFINICIÓN AUTOESTIMA**

La autoestima es la imagen y concepto que posee cada ser humano de sí mismo, como conocerse, quererse y aceptarse tal cual es; con fortalezas y

debilidades. Para los autores Montoya & Sol (2004) definen a la autoestima como:

La capacidad o actitud interna con que me relaciono conmigo mismo y lo que hace que me perciba dentro del mundo, de una forma positiva o bien con una orientación negativa, según el estado en que me encuentre. Un movimiento que ocurre en todo nuestro ser y que nos hace vivir de manera determinada. (p. 5).

Los mismos autores explican que la importancia de la autoestima está en que es el elemento que contribuye a disfrutar lo que es nuestra vida. Trabajarla de manera compartida nos permite el desarrollo integral de nuestra persona, ese componente biológico, social y trascendente. Nos permite vivir mejor. (p.9).

La autoestima es el sello de nuestra aceptación, imagen, identidad, el valor que poseo como ser humano, como hombre como mujer; motor que permite el desarrollo de mi ser, de mis actividades, el relacionarme con los demás que integran mi personalidad afirmando mi felicidad.

## **DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA**

La autoestima se va desarrollando a lo largo de nuestra vida, de las experiencias y vivencias que pasamos, las mismas que repercutirán de forma positiva o negativa y que durante el proceso de desarrollo del ser humano se debe garantizar las condiciones para que pueda formarse una autoestima adecuada en niños, adolescentes y jóvenes.

La Organización de la adolescencia (2009) explica que:

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima, es la etapa en que una persona necesita hacerse

con una firme identidad, es decir saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia el futuro.

Durante la adolescencia se manifiestan ciertos cambios a nivel socio-afectivo, físico y cognoscitivo desarrollándose la capacidad de reflexionar y pensar sobre uno/a mismo/a y de aceptar una nueva imagen corporal. Al hacerlo el o la adolescente se formula una serie de interrogantes sobre sí mismo como: ¿Soy atractivo? ¿Soy inteligente? ¿Soy aceptado por mis compañeros? Gradualmente el adolescente comienza a separar lo que cree que es verdad sobre sí mismo/a de lo que considera erróneo y al formularse sus propios conceptos sobre su persona. Cuanto mayor sea la aceptación que se siente, tanto en la familia como en los compañeros/as mayor será la posibilidad de autoaceptación y seguridad sobre sí mismo.

En la adolescencia tanto el grupo familiar, escolar, los amigos, los medios de comunicación contribuyen a moldear la autoestima. Pero en esta etapa se conjugan otros elementos que tienden a debilitar la autoestima. Un adolescente con buena autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presentan para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue. Si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima sólida y bien desarrollada podrá entrar en la vida adulta con cimientos necesarios para llevar una existencia productiva y satisfactoria. (p. 22)

La adolescencia es la etapa de mayor crisis de nuestra identidad la misma que necesita ser fortalecida desde la familia como primer ente de afectividad y desarrollo filial de sus integrantes.

## IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA

María Serrano habla acerca de la importancia de la autoestima como el determinante del equilibrio bio-psicoemocional del ser humano como pilar fundamental del sentir y actuar de cada individuo.

Serrano, M (2002) Sostiene que la autoestima, entendida como una actitud positiva de la persona hacia sí misma, es fundamental en el crecimiento armónico de la salud humana. Autoestima, acarreado valoración hacia uno mismo, viene a ser, el sistema inmunitario de la vida psíquica. La presencia de la autoestima asegura recursos y los potencia, en la vida personal, para hacer frente a los conflictos, enfermedades, desafíos, de la vida. La ausencia de autoestima, o su leve intensidad en la persona, acompaña generalmente a una gama de trastornos psicológicos, que dificultan el desarrollo de la vida personal, individual y social. Los mensajes que percibimos en nuestra sociedad impregnada en nuestra cultura, nos dan la sensación de que la autoestima es frecuente, abundante, habitual, en nuestras reacciones intra e interpersonales. (p. 107).

Para complementar la importancia de la autoestima en la salud emocional de las personas, se describen algunas de las ventajas como parte de amor propio. Riso, Walter (2012, p. 86-87).

- Incrementa las emociones positivas. Te alejarás de la ansiedad, la tristeza y la depresión y te acercarás a la alegría y a las ganas de vivir mejor.
- Alcanzar mayor eficacia en las tareas que emprendes. No te darás por vencido muy fácilmente, perseveras en las metas y te sentirás competente y capaz.
- Relacionarte mejor con las personas. Te quitarás de encima el incómodo miedo al ridículo y a la necesidad de aprobación, porque tú

serás el principal juez de tu conducta. No es que no te interesen lo demás, sino que no estarás pendiente de los aplausos y los refuerzos externos, y tomaras las críticas más objetivamente.

- Amar a tu pareja y querer a tus amigos y amigas más tranquilamente. Dependerás menos y establecerás un vínculo más equilibrado e inteligente, sin el terrible miedo de perder a los otros.
- Ser una persona más independiente y autónoma. Te sentirás más libre y segura a la hora de tomar decisiones y guiar tu vida.

Cuyos aspectos que configuran la autoestima son:

- Autoconcepto: qué piensas de ti mismo
- Autoimagen: cuánto te agradas
- Autorreforzamiento: cuánto te premias y te das gusto
- Autoeficacia: cuánta confianza tienes en ti mismo

Estos son los cuatro soportes bien estructurados de un “yo” sólido y saludable, pero si llega a fallar uno de ellos será suficiente para que la autoestima se muestre inestable.

## **TIPOS DE AUTOESTIMA**

Para conocer en el nivel de autoestima que nos encontramos es necesario conocer las características que describen una baja o alta autoestima

El autor François (2009) fundamenta cuatro grandes tipos de autoestima correlacionando el nivel y la estabilidad de la autoestima lo que permite comprender el conjunto de reacciones.

El autor describe los perfiles de la autoestima en alta y estable, a su vez alta e inestable: (p.69).



### ❖ **Alta y estable**

Las circunstancias “exteriores” y los acontecimientos “normales” tienen poca influencia sobre la autoestima del sujeto. Este no consagra mucho tiempo ni energía a la defensa o promoción de su imagen.

Los estados de ánimo del sujeto con autoestima alta y estable son mucho más atemperados y positivos que los de su homólogo inestable.

### ❖ **Alta e inestable**

Aunque elevada, la autoestima de estos sujetos puede sufrir importantes altibajos, especialmente cuando se hallan en un contexto competitivo o desestabilizador. Reaccionan entonces con vigor ante la crítica y el fracaso, percibiéndolos como otras tantas amenazas, y practican el auto-promoción poniendo de relieve sus éxitos o cualidades de un modo excesivo. Los individuos emocionalmente estables, que no se desconciertan fácilmente ante la adversidad y que mantienen cierta coherencia en sus palabras y su conducta, sea el contexto favorable o desfavorable.

Por otra parte los sujetos más vulnerables, que se sienten fácilmente agredidos y cuestionados cuando se encuentran en contextos hostiles o sencillamente críticos. Ambos perfiles no se diferencian demasiado. Pero la separación aparece y aumenta cuando el entorno cambia: la competición, el cuestionamiento, el fracaso son desestabilizadores para la autoestima.

Este autor demuestra la diferencia de una autoestima alta y estable pero que pueden fluctuar por el contexto donde se desenvuelve el sujeto.

En la bibliografía del autor Albaladejo (2011) argumenta las características de los tipos de autoestima que distinguen a una persona: (p.25).

## **AUTOESTIMA ALTA**

### **Autoestima alta sana**

Es sana propia de personas que gozan de su sabiduría emocional:

- La persona vive poniendo en práctica una forma de relación asertiva: tanto tú como yo somos importantes
- Vive de acuerdo a valores que se consideran “saludables” para la persona y para los que con ella se relacionan: bondad, generosidad, solidaridad, cooperación, amabilidad, etc.
- Existe generalmente coherencia entre lo que la persona piensa, dice y hace.
- Busca construir nunca destruir. Por lo tanto las críticas que se hace así misma o a los demás están basadas en el respeto y en la posibilidad de cambio que todo ser humano tiene.
- Favorece el desarrollo de una autoestima sana en los demás, actuando en muchas ocasiones como modelo. “modela la conducta de los demás.
- Busca ganar “con”. No pretende dejar sentimientos de perdedores en los demás a costa del sentimiento de persona ganadora o de éxito.
- Acepta a los demás como son, buscando la mejora de aquellos aspectos que no le gustan a través del dialogo y del encuentro.
- Vive y se relaciona con autenticidad, dejando de lado las máscaras y no funcionando movida por el “qué dirán”. Para ella es más importante “ser” que “tener”.
- Reconoce y acepta sus errores tratando, al mismo tiempo de aprender de ellos. (Albaladejo 2011, p.26).

Una persona con autoestima alta siempre estará guiada por el deseo de no dañar la dignidad de la otra persona, busca edificar desde el lugar de donde este y como este, es auténtica.

## **Autoestima alta enferma**

Es propia de las personas altamente egoístas, orgullosas y fanfarronas:

- La persona vive poniendo en práctica una forma de relación que responde a lo siguiente: solo yo soy importante, te tengo en cuenta en la medida que me interesas o que puedo obtener de ti algo que necesito.
- Vive de acuerdo a valores que se consideran insanos para la persona y para los que con ella se relacionan: egoísmo, maldad, destrucción, mentira, envidia, etc.
- Busca destruir a la persona que percibe como competidora. Utiliza la crítica destructiva con la finalidad de ganar.
- Rebaja la autoestima de los demás a costa de hacer valer la propia.
- Desea que haya perdedores y trata de que sus acciones conduzcan a que otros se identifiquen como tales.
- Actúa de forma incoherente: piensa y dice cosas bastante distintas a las que hace.
- No acepta a los demás como son, trata de hacer patente lo que no le gusta de ellos, incide en la descalificación y en la crítica destructiva de lo que no le agrada de los otros.
- Fomenta el rencor, el resentimiento la envidia
- Utiliza una máscara para aparentar lo que no es. Para esta persona es más importante “tener” que “ser”.
  - Utiliza a los demás en su propio beneficio y nunca hace nada totalmente de forma desinteresada.
  - No reconoce ni acepta sus errores, siendo muy permisiva con ella, y muy crítica con los errores y fallos de los demás.
  - Son personas totalmente autosuficientes, que consideran que no necesitan a los demás más que para lograr sus metas y aumentar su ego a través del poder, del éxito social o del beneficio económico.

Este tipo de personas actúan movidos por sus intereses, y no les importa a quien vayan dejando en el camino con tal de satisfacer sus caprichos, les falta el sentido de pertenencia y amor propio. (Albaladejo 2011, p.27-28).

## **AUTOESTIMA BAJA**

Propia de personas que se minusvaloran, no se aceptan, no se quieren y son conscientes de la gravedad de su situación, no registrándose con ella y luchando por cambiarla. (p. 29-30)

### **Autoestima baja sana**

- La persona con muchas dificultades debido a su sentimiento de minusvalía, trata de poner en práctica una forma de relación asertiva: tanto tú como yo somos importantes
- Reconoce y acepta la situación en la que se encuentra, trabajando por mejorarla para sentirse bien consigo misma y con los demás.
- Se reconoce como persona limitada, imperfecta pero que no se resigna ante la situación. Trata de mejorar todo lo que aprecia como limitaciones, errores o imperfecciones en su vida.
- Considera que merece gozar de momentos felices, como todo ser humano, y trabaja para que estos formen parte de su vida
- Se preocupa y trabaja por los demás, pues intuye que la alegría el gozo y la felicidad, o se lo comparten o no son lo que parecen.
- No se conforman socialmente, adoptando posturas que dejan de lado unos principios éticos y morales en los que cree.
- Se pone en acción para abandonar las máscaras y vivir progresivamente de forma más auténtica.
- Como conoce el sufrimiento que lleva aparejada muestra una baja autoestima, se muestra sensible al nivel de autoestima de los demás y nunca trata de machacar a personas en las que percibe dolor e incapacidad ante situaciones de provocación, anulación o desprecio.

## **Autoestima baja enferma**

Es propia de personas que se minusvaloran, no se aceptan, no se quieren y no son conscientes o no quieren ser conscientes de la gravedad de su situación

- La persona se muestra pasiva y cohibida, viviendo en la práctica una forma de relación en la que expresa a los demás lo siguiente: solo tú eres importante, hare lo que sea con tal de ganar tú aprecio, tú consideración y tú amistad.
- Se resignan ante una situación y no trabajan sanamente por salir de ella
- Se tratan mal, no cuidan su salud física ni tampoco la psíquica
- Abundan en estas personas las ideas no realistas: “soy una persona mala”, “no merezco que me quieran”, “no soy capaz de hacerlo bien”, parezco tonta/o, etc.
- Generalmente se quedan con el lado negativo, piensan que se merecen todo lo malo que les sucede
- Adoptan una actitud pasiva en las relaciones sociales, dejando a los demás que se sitúen por encima de ellos, que les ganen espacios, que se aprovechen de su falta de respuesta. No se sienten capaces de defender sus derechos de forma asertiva
- Viven como si el mundo les debiera algo, como si ellas por si mismas no tuvieran posibilidad alguna de mejorar la situación a la que han llegado. (Albaladejo 2011, p.31).

Una persona con baja autoestima es limitada para interactuar con su medio, porque no puede dar de lo que no tiene.

## **DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA**

### **AUTOESTIMA PERSONAL**

La autoestima es la valoración positiva o negativa que una persona hace de sí misma en función de los pensamientos, sentimientos y experiencias que ha obtenido en su interior o desde el exterior.

Branden, N. (2008). Manifiesta que el significado primordial de la autoestima es la confianza (...) tener confianza en nuestra capacidad de pensar, en la capacidad de enfrentarnos a los desafíos de la vida, confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a firmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y gozar del fruto de nuestros esfuerzos. (p. 42)

Según Enrique Rojas (2001) la autoestima consiste en valorar y conocer lo que a uno /a es y lo que puede llegar a ser. (43-45).

La autoestima personal, individual, autóctona se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales, y culturales, en estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y los demás. Para comprender los cuatro elementos básicos el psiquiatra hace un análisis en el siguiente cuadro:

<b>Concepto clave</b>	<b>Análisis/ desarrollo</b>	<b>Conclusión</b>
Juicio personal	Comprender el haber y el debe, los aspectos positivos y negativos, lo ya conseguido y lo que queda por alcanzar.	El análisis debe culminar con una AFIRMACIÓN POSITIVA que le de valor a las ganancias sobre las pérdidas.
La aceptación de uno mismo	Se alcanza un estado de paz relativa: uno se acepta a pesar de las limitaciones, los errores, las frustraciones (expectativas no cumplidas)	Uno está de acuerdo con su persona cuando asume las aptitudes y las limitaciones
El aspecto físico	Comprende la morfología corporal (belleza, estatura) y las características fisiológicas (enfermedades físicas, congénitas)	Hay que integrar el aspecto físico a la aceptación de nuestra personalidad
El patrimonio psicológico	Involucra la conformación de un estilo personal integrado por: los pensamientos, la inteligencia, la conciencia, la fuerza de voluntad, el lenguaje verbal y no verbal, la interpretación de la vida, etc.	La personalidad debe ser percibida como positiva en su totalidad
El entorno socio-cultural	Es el ámbito donde se desarrollan los recursos para la culminación interpersonal y lo que de ella se deriva	Tener relaciones sociales saludables es indicativo de una autoestima buena
El trabajo	Es importante la identificación con el trabajo que se realiza y que se realice con compromiso, amor y dedicación	El trabajo debe ser fuente de satisfacción personal, tanto por el trabajo en sí o por las ventajas que el trabajo nos proporciona
Evitar la envidia o compararse con los demás	Compararse con los demás es cotejar superficies, no profundidades y si la interpretación de la vida del otro nos agrada entonces se debe transformar en referente a emular	Tener un proyecto de vida propio y satisfactorio es que realiza la confianza en uno mismo
Desarrollar la empatía	Es importante la mirada comprensiva, indulgente y tolerante hacia la propia persona y hacia los demás	Un signo de madurez es la capacidad para saber perdonarse y perdonar a quienes nos rodean
Hacer algo positivo por los demás	El acto de entrega hacia los demás, de dar algo por propia voluntad que el otro necesita, es motivo de cierta armonía interior	La entrega hacia los demás, mezcla de generosidad y de satisfacción personal, es otro indicador de buena autoestima cuando no implica un auto sacrificio o anulación personal

La autoestima personal es el amor propio de cada ser, de cada individuo, es sentirse feliz, satisfecho, el disfrutar de estar vivo, de ser único, especial e

irrepetible, sentir complacencia por cada detalle que llega a nuestra vida más aún si son experiencias dolosas, porque todo tiene su razón de ser, más aun cuando se trata de un ser integro.

Para la promoción de la salud mental (2010) es el equilibrio emocional centrado en el desarrollo que regula la conducta mediante un proceso de autoevaluación de quienes somos como nuestro nombre, identidad, edad, sexo, nacionalidad, características personales (físicas y psicológicas) actividades que se realiza, gustos y preferencias, grupos a los cuales pertenece, problemas e inquietudes, proyectos futuros, valores, creencias, religión, situación económica, lugar de residencia, rendimiento académico.

Todos estos aspectos juegan un papel importante en nuestra identidad para complementarse con la autoestima cuyo fin último es buscar la felicidad y fortalecer la calidad y nivel de vida.

## **AUTOESTIMA FAMILIAR**

Almaguer, Salazar & Teresa (1998) sostienen que la familia es la primera fuente de socialización para el niño y es un eslabón en la larga cadena de influencias que el individuo recibirá a lo largo de su vida. La conducta que los niños adoptan es aquella que su grupo considera apropiada y que le ayudará a encajar en dicho grupo. El proceso de socialización no es exclusivamente social, en él observamos la amalgama de aspectos físicos, psicológicos, intelectuales y personales que conforman a un todo ser humano.

La familia es el primer entorno donde se recibe afecto, la experiencia de cercanía que se tenga con la madre en los primeros años de vida son decisivos en la vida del ser humano, cuya interacción incidirá hasta la vida adulta del individuo.



Los mediadores de la autoestima familiar Benavente (2009) en el programa integral de desarrollo educativo familiar sustenta que:

La familia es un sistema social compuesto por individuos que se influyen mutuamente de forma intensa. Padres, hijos, hermanos y cónyuges son algo más que meras relaciones de parentesco. A través de ellos aprendemos qué es lo más importante, lo que hay que valorar, lo que nos gusta y lo que odiamos, cómo debemos comunicarnos unos con otros y cómo debemos comportarnos en las distintas situaciones. Los hijos de corta edad copian los gustos de sus padres, sus ademanes y su tono de voz. Y, sin duda, aprenden a valorarse de la misma manera que los padres se valoran a sí mismos. Los adultos que alimentan una autoestima positiva, que se sienten capaces para resolver las situaciones que les plantea la vida cotidiana, transmiten a sus hijos una actitud positiva, que les lleva a darse cuenta de que tienen recursos suficientes para desenvolverse satisfactoriamente en el entorno social.

Por su parte, los padres que adoptan estilos derrotistas ante la vida y actitudes de impotencia y fracaso, proyectan en los más pequeños una visión pesimista de sus posibilidades para experimentar el éxito personal y social. Los mensajes auto-limitadores (“yo no soy capaz”, “no podemos hacer nada”, cuando son expresados habitualmente ante los hijos, les muestra un dialogo interno que probablemente aprenderán a realizar ellos también, sobre todo si no tiene otras fuentes que les ayuden a formar su autoestima.

Por el contrario, si oyen de sus padres mensajes positivos, que resaltan sus capacidades, asumirán una actitud optimista ante la vida, aprendiendo a valorarse positivamente y a situaciones ante los obstáculos confiando en sus posibilidades para resolver con éxito. (Benavente, 2009, p.7-8).

La corporación humanizando (2012) manifiesta que:

La familia con autoestima forma personalidades capaces de alcanzar objetivos sanos, de hacer el presente una poderosa palanca hacia el futuro y rechazar la mediocridad como una epidemia. La familia con autoestima prefiere la convivencia pacífica y amable, basada no en apariencias ni en la ausencia de lucha, si no en el respeto a las diferencias. La familia con autoestima busca sumar éxitos y virtudes más que fracasos o defectos. Estima sobre todo el aprendizaje de la solidaridad hacia dentro y hacia afuera, sin importar límites. La familia con autoestima celebra los triunfos y esfuerzos de cada integrante y estimula en ellos una normal competencia en la búsqueda de la excelencia. La familia con autoestima le cierra las puertas a la desintegración y alimenta vínculos afectivos serios que identifican a sus componentes “en las buenas y en las malas”.

Ninguna familia puede sentirse felizmente realizada si sus miembros no aprendieron a expresar bondad, sabiduría y compromiso con la sociedad y el contexto cultural. (P.2-3).

## **AUTOESTIMA SOCIAL**

Calderón, Antonio (2010). En una de sus ponencias manifiesta que:

Para el desarrollo social e integral de las personas se hace necesaria la educación de las actitudes y entre ellas la autoestima. La mejora de la autoestima del sujeto hoy siempre tendrá implicaciones y efectos positivos en la mejora de la calidad de vida, por ello es muy importante el fomento de la autoestima como el primer eslabón del desarrollo humano. En una sociedad que constantemente esta bombardeada por los medios de comunicación, informando a cerca de la violencia, la agresión, la minimización de las personas. Donde los

problemas sociales son de mucha agresividad. Es importante la validación del ser humano con sus competencias y sus potencialidades, habilidades. Por ello, tener autoestima, es sentirse capaz, valioso, confiado y apto para asumir cualquier situación en la vida. Y que ella es parte activa de nuestras relaciones humanas, es decir es el encuentro con el otro.

La autoestima personal es el meollo de las interacciones interpersonales, ahí la necesidad de sentirse valiosos y una convicción de seguridad.

Para la psicóloga Yolanda Ruiz manifiesta que las habilidades sociales son esenciales para entablar una interacción entre amigos, familiares y demás personas como reflejo del amor propio y valía que le damos a nuestra personalidad.

La autora Ruiz, Y. (2011), manifiesta que las habilidades sociales son las destrezas que se necesitan para desenvolverse satisfactoriamente en el día a día, son herramientas que se van adquiriendo a lo largo de los años y que usamos en los siguientes núcleos: familia, amigos y trabajo.

Estos tres núcleos tan cercanos nos hacen sin embargo comportarnos de manera diferente, no actuamos igual cuando discutimos con un familiar de confianza que cuando discutimos con un amigo, si es alguien que nos infunde respeto también hará que demos de manera más moderada las posibles molestias que nos ocasione la discusión. Del mismo modo no hacemos las mismas bromas en unos ambientes que otros, depende mucho de quien tengamos delante. Podemos llamar habilidades sociales a esa “herramientas” que nos permiten desenvolvernó con soltura en las situaciones que presenta el diario vivir y en situaciones concretas. Estas herramientas pueden entrenarse y con el tiempo se van notando los resultados.

Es importante empezar por pequeños retos, cuando los conseguimos nuestra autoestima aumenta y eso nos da fuerza para intentar otros retos un poco más difíciles. La timidez está ligada a una baja autoestima, nos impide vivir muchas situaciones por miedo a “no hacerlo bien” o a “qué dirán los demás”. La persona que lo sufre cree que sólo le sucede a ella y magnifica las situaciones creyendo que todas las miradas se centran en sus actos, se sienten observadas y en realidad la situación no es tan terrible, ¿A caso los demás son perfectos? Claro que no.

Tenemos derecho a vivir libremente, a expresar lo que opinamos y a no sentirnos agobiados por situaciones que pueden mejorarse creyendo en nosotros, confiando en nuestras posibilidades y no olvidando nunca que somos personas con limitaciones pero también con capacidades que pueden mejorar (p.5).

Las actitudes que tengamos hablarán por nosotros, nuestros comportamientos serán la carta de presentación, hechos que será la única recomendación y garantizar de quienes somos y lo que somos.

## **AUTOESTIMA ACADÉMICA**

Según Sarria (2009). La escuela tiene una significativa influencia sobre la imagen que los alumnos se forman de sí mismos. Los años que el alumno permanece en la escuela condicionan la autoestima, sobre todo en el plano académico.

Todo lo que recibe de los demás: valoraciones, crítica, informaciones, van dejando una huella en él. El rol del centro educativo y de los profesores es de máxima importancia para el desarrollo del autoconcepto y la autoestima de sus alumnos.

La educación es el mejor medio para formar al hombre y ayudarlo a potenciar sus cualidades, destrezas, actitudes e interés que fortalezcan el desarrollo cognitivo, afectivo, social, académico y psicológico del educando. Su misión es potenciar la seguridad, confianza en sí mismo, amor propio que potencien su autoestima.

Por otro lado Zúñiga citado por García (2005). Revela que la relación entre autoestima y rendimiento académico ya que si un estudiante se siente confiado en una situación de aprendizaje, estará más abierto y con mejor disposición para aceptar cambios, y a la vez para estimularlo para entrar en el aprendizaje de todo corazón. Pero si un estudiante posee baja autoestima, se siente temeroso, o percibe pocas posibilidades de éxito, él o ella tratarán de evitar cambios; encontrarán vías de escaparse de la clase o asignar a alguien más para que le hagan la tarea, o hacer solo un mínimo esfuerzo. (p.49).

La confianza que tenga el estudiante en sí mismo le dará seguridad a la hora de adquirir conocimientos y realizar las tareas académicas, y resolver conflictos que se le presente de forma espontánea, asimile los conocimientos, valores y construya sus aprendizajes motivado desde su autonomía.

Ríos & Milán (2008). Manifiestan que una autoestima alta en los alumnos tiene una actitud de confianza en sí mismo, actúan con seguridad y se siente capaz y responsable por lo que siente, piensa y hace. Es una persona integrada que tiene capacidad de autocontrol y es capaz de autorregularse en la expresión de sus impulsos. (p.30).

- Estos son alumnos que cuidan su aspecto personal y se desenvuelven adecuadamente.
- Tiene confianza en sí mismos al realizar las tareas

- Son receptivos a las críticas de sus profesores, pero también son capaces de expresar sus criterios o diferencias con respeto y asertividad.
- Son alumnos responsables.
- Toma la iniciativa en el contacto social y a su vez es buscado por sus compañeros.
- Establece de forma adecuada relaciones con sus profesores y con otras personas de mayor jerarquía.
- Su comunicación con los otros es clara y directa.
- Asume una actitud de compromiso, se interesa por las tareas y es capaz de orientarse por las metas que se propone.
- Se esfuerza y es constante a pesar de sus dificultades. No se angustia en exceso frente a los problemas, pero se preocupa por encontrar soluciones.
- Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades y esfuerzos
- Tiene una actitud creativa.
- Es capaz de trabajar en grupo con sus compañeros.

## **LA AUTOESTIMA DETERMINA LA AUTONOMÍA PERSONAL**

El confiar en uno mismo, le permite estar seguro de lo que se es, se tiene y se posee como persona para satisfacer necesidades, sueños, objetivos e ideales cuyo fin último es la felicidad.

Alcántara, J. (2004). Sostiene que entre los objetivos principales de la educación, la formación de los alumnos autónomos, autosuficientes, seguros de sí mismo, capaces de tomar decisiones y de aceptarse a sí mismos, es decir que se sientan a gusto consigo mismos, encuentren su propia identidad en las crisis de independencia de la adolescencia y sepan orientarse en medio de una sociedad en permanente mutación (...) (p.13).

François (2009), propone los rostros cotidianos de la autoestima al manifestar que la autoestima es como nos vemos y si nos gusta o no lo que vemos lo que es vital para nuestro equilibrio psicológico.

<b>TÉRMINO</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>INTERÉS DEL CONCEPTO</b>
Tener confianza en si mismo	Crear en la propias capacidades para actuar eficazmente (anticipación de la acción)	Subraya la importancia de las relaciones entre la acción y la autoestima
Estar contento (a), satisfecho (a) de si mismo (a)	Satisfacer con los propios actos (evaluación de la acción)	Sin autoestima, ni siquiera los éxitos se ven como tales
Estar seguro de uno mismo (1)	Tomar decisiones, perseverar en la propia opción	Recuerda que una buena autoestima se asocia, a una estabilidad de decisiones
Estar seguro de uno mismo (2)	No dudar de las propias competencias y puntos fuertes, sea cual sea el contexto.	Una buena autoestima permite expresar lo que se es en cualquier circunstancia
Amor a uno mismo	Ser benevolente con uno mismo, sentirse satisfecho de si	Recuerda el componente afectivo de la autoestima
Amor propio	Tener un sentimiento muy (demasiado) de su dignidad	La autoestima sufre sobre todo por las criticas
Autoconocimiento	Poder describirse y analizarse de modo preciso	Es importante saber quién se es para estimarse
Autoafirmación	Defender los propios puntos de vista e intereses ante los demás	La autoestima necesita a veces, defender su territorio
Autoaceptación	Integrar las cualidades y defectos para llegar a una imagen globalmente buena (o aceptable) de sí mismo	Tener defectos no impide una buena autoestima
Crear en sí mismo	Soportar las travesías del desierto, sin éxito o refuerzos para alimentar la autoestima	A veces la autoestima no se alimenta de éxitos si no de una convicciones y de una visión de si misma
Tener una buena idea de uno mismo	Estar convencidos de que se puede acceder a objetivos elevados	Ambición y autoestima suelen estar estrechamente vinculados
Estar orgulloso de sí mismo	Aumentar el sentimiento del valor personal a consecuencia de un éxito	La autoestima necesita ser alimentada con éxito

## **MI VALÍA EN MIS RELACIONES CON EL OTRO**

Para la doctora Díaz, Damalin (2013) la creencia profunda que tenemos con respecto al valor como persona. Es una creencia

profunda que está más adentro de los pensamientos que se producen normalmente en un momento cualquiera. Pertenece aun capa de pensamientos grabados en la mente, generalmente poco conscientes, y con una gran autoridad o capacidad de determinación. Ejemplos de esas creencias profundas son: “yo no sirvo para eso”, “soy tímido” (a), “soy feo (a), “no aprendo”, “soy un fracaso”, etc. Son pensamientos que en algún momento de sus vidas aceptan como verdaderos y de allí en adelante permiten que definan su vida. Desde entonces determinan la manera en que piensan. Determinan el tipo de pensamientos que emiten en sus pensamientos que admiten en su mente y determinan la acción constructiva o destructiva de esos pensamientos. (p.150).

La buena noticia es que estas creencias se pueden modificar, y depende de cada uno de nosotros el alimentar o desechar estos pensamientos que nos dañan y terminan con nuestra imagen ante nosotros y los que nos rodean. A sí mismo la doctora expone los tres componentes que tiene la autoestima:

- Cognitivo: que indica idea, opinión, creencias, percepción y procesamiento de la información.
- Afectivo: conlleva la valoración de lo que en nosotros hay de positivo o de negativo, implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, que siente la persona de sí misma.
- Conductual: se refiere a la tensión, intención y actuación que hace la persona por sí misma.

Todo lo que internamente soy, refleja en el momento de interactuar con el contexto ya sea positivo o negativo, cuyo espejo es lo que soy en pensamientos.

Los autores: Beauregard, Bouffard & Duclos (2005, p.19). Al escribir mi valía en las relaciones con el otro. Manifiestan que:



Gracias a la retroalimentación de las personas de su entorno, el niño aprende a conocerse y a conocer su ambiente, según las experiencias que vive, llega a definir sus características , sus necesidades y su sentimientos al igual que sus capacidades físicas, intelectuales y sociales. De todo ello extrae un conocimiento de sí mismo que se convertirá en el fundamento de su identidad.

En el conocimiento de sí mismo tiene una gran influencia las personas que hay a su alrededor. En presencia de ellas realiza una multitud de actividades físicas, sociales e intelectuales en el transcurso desarrolla habilidades de las que va tomando conciencia poco a poco. Conocerse a sí mismo hace brotar en los sentimientos de ser únicos en el mundo y que puede conseguir la estima de los demás.

Para llegar a vivir plenamente un sentimiento de pertenencia, debe hacer un largo aprendizaje de habilidades, colaboración y cooperación. Estos aprendizajes forman parte del proceso de socialización. Algunos niños encuentran mucha dificultad para la relación social, porque no han adquirido las habilidades necesarias para resolver conflictos y vivir relaciones de armonía con los demás. Esta falta de habilidades sociales se manifiestan muchas veces en el aislamiento donde el niño es rechazado verbal o físicamente. A través de actividades convenientes seleccionadas, aprenderán a superar y controlar su egocentrismo para desarrollar mejores relaciones con los demás. Este aprendizaje se apoya en una buena autoestima.

## **2. EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA DE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y AUTOESTIMA**

Al ser la familia la base de la sociedad es de vital importancia dotarla de atención y velar por el desarrollo bio-psicosocial de sus integrantes para garantizar la salud emocional de los mismos. Puesto que una en familia

disfuncional donde el comportamiento inadecuado o inmaduro de uno de los padres inhibe el crecimiento de la individualidad y la capacidad de relacionarse sanamente los miembros de la familia ya sea de forma emocional, psicológica y/o espiritual. Para evaluar la disfuncionalidad familiar se puede recurrir a entrevistas, fichas, cuestionarios, test como los que se menciona a continuación.

FF-SIL el mismo que mide cohesión, armonía, comunicación, afecto, adaptabilidad, rol y permeabilidad.

CESF que evalúa la cohesión y adaptabilidad; CSF mide satisfacción familiar y funcionamiento familiar.

C.A-M//C.A.P valora la comunicación padres- hijos, el dialogo en la comunicación y las dificultades en la comunicación

Para esta investigación se seleccionó el Cuestionario de funcionamiento familiar (EFF), tiene como objetivo evaluar la percepción de un miembro de la familia con respecto a la funcionalidad de su familia, este instrumento fue elaborado por Atri (2006). Esta escala ayuda medir las siguientes dimensiones: involucramiento afectivo funcional, involucramiento afectivo disfuncional, patrones de comunicación disfuncionales, patrones de comunicación funcionales, resolución de problemas y patrones de control de conducta.

En la presente investigación se ha considerado el uso de cuestionarios para medir la funcionalidad familiar y autoestima. De acuerdo a la bibliografía metodológica de Ballesteros (1994) quien explica que:

Un cuestionario o inventario se caracteriza cuando una serie de autoinforme estructurados aparecen recopilados o integrados en un listado, donde aparece un formulario de preguntas ante las cuales el

sujeto debe responder, bien según una alternativa dicotómica (Si/No; Verdadero o Falso), bien anotando su grado de conformidad, según una escala ordinal o de intervalos, o eligiendo u ordenando los elementos del sujeto.

**Los indicadores que evalúa el cuestionario de funcionalidad familiar son:**

### **Involucramiento afectivo funcional**

Consta de 17 reactivos positivos representa el grado en que la familia muestra interés y valora a cada miembro de la familia, y denota la habilidad para responder con una amplia gama de emociones, así como la capacidad de proporcionar cuidados, afecto y bienestar.

El involucramiento afectivo se refiere a como la familia muestra interés y valora las actividades de cada miembro de la familia. El meollo está en la cantidad y calidad de comunicación que los miembros de la familia muestran uno hacia el otro. La ausencia del involucramiento muestra desinterés en las actividades y o el bienestar de los demás, el involucramiento desprovisto de afecto es escaso a nivel afectivo y que se manifiesta con mayor intensidad en la naturaleza intelectual, el involucramiento narcisista hay interés en el otro solo si se beneficia a sí mismo; empatía en relación a las actividades significativas del otro, el sobre involucramiento es el exceso interés de uno hacia el otro. Las respuestas afectivas aluden a la habilidad de la familia para responder con una amplia gama de emociones, según el tipo de estímulo tanto en calidad como en cantidad. La cantidad de respuesta afectiva está relacionada con el grado de respuesta afectiva y describe un continuo desde la ausencia de respuestas hasta una respuesta exagerada aquí se distinguen dos categorías de afecto: sentimientos de bienestar (afecto, ternura, amor, consuelo, felicidad, etc.) y sentimientos de crisis (coraje, miedo, depresión, tristeza, etc.).

### **Involucramiento afectivo disfuncional**

Incluye 11 reactivos negativos en el nivel afectivo familiar, implica una sobrecarga en algún miembro de la familia.

### **Patrones de comunicación disfuncional**

Agrupados 4 reactivos tiene que ver con aspectos negativos de la comunicación tanto verbal como no verbal, enfoca una marcada dificultad en el intercambio de información en el área afectiva.

### **Patrones de comunicación funcional**

Está conformado por 3 reactivos se refiere al intercambio de información verbal principalmente en el área instrumental (se relaciona con aspectos mecánicos de la vida diaria como sustento económico, alimento, ropa, casa, transportación, etc.).

La facilidad de comunicarse en un área supone la facilidad para comunicarse en la otra, sin embargo algunas familias exhiben marcada dificultad en la comunicación afectiva, mientras funciona muy bien en la comunicación instrumental, destacándose los estilos de comunicación que son cuatro: comunicación clara y directa, comunicación clara e indirecta, comunicación confusa y directa y comunicación confusa e indirecta, puesto que cuanto más enmarcados sean los patrones de comunicación familiar, más ineficiente será el funcionamiento familiar, y cuanto más clara y directa sea la comunicación, más eficiente será; la comunicación confusa e indirecta provoca respuestas confusas.

### **Resolución de problemas**

Reúne tres reactivos y engloba las áreas como resolución de problemas, control de conducta y roles; revela que la familia es capaz de ponerse de

acuerdo y que tiene una buena organización familiar y pueden resolver los problemas instrumentales que se les presente.

Resolución de problemas se refiere a la habilidad de la familia para resolver problemas a un nivel que mantengan un funcionamiento familiar afectivo. Westley & Epstein (1969) postulan que las familias ineficientes tenían más problemas que las que funcionaban eficazmente; sin embargo todas las familias enfrentan más o menos las mismas dificultades, pero las eficientes solucionan sus problemas, mientras que las ineficientes no son capaces de manejarlos. Los problemas familiares se subdividen en dos tipos instrumentales y afectivos.

Los problemas instrumentales se relacionan con aspectos mecánicos de la vida diaria (sustento económico, alimento, ropa, casa, transportación, etc.), mientras que los afectivos están vinculados con aspectos emotivos (coraje, depresión, amor, dolor, etc.). El modelo incluye siete pasos para la resolución de problemas como: la identificación del problema, que es la capacidad que tiene la familia para identificar correctamente el problema, comunicación del problema a la persona adecuada, implementar alternativas de acción, elegir una alternativa, llevar a cabo la decisión, verificar que la acción se cumpla y evaluar el éxito para resolver problemas y que la familia analice y trata de aprender de la situación y es capaz de reconocer sus errores.

### **Patrones de control de conducta.**

Incluye 2 reactivos pertenecientes al control de la conducta, se refiere a los patrones que adopta una familia para manejar el comportamiento, con la posibilidad de negociar y cambio dependiendo del contexto.

La familia asigna a los individuos funciones de acuerdo al ciclo vital, las cuales se dividen en dos áreas: funciones familiares necesarias y funciones

familiares no necesarias. Las necesarias en las que constan la manutención económica, afectividad y apoyo, este es un rol afectivo, consiste en proporcionar a la familia cuidados, afecto, confianza y comodidad. Podemos además decir que en la gratificación sexual adulta ambos esposos deben encontrar satisfacción personal en la relación sexual y sentir que pueden satisfacer a su pareja sexualmente. En lo referente al desarrollo personal implica apoyar a los miembros de la familia, con el fin de que desarrollen habilidades para su logro personal, incluye tareas relacionadas con el desarrollo físico, emocional, educativo y social del niño así como con los intereses y desarrollo social y profesional de los adultos. El sistema de manutención y administración implica varias funciones como es la toma de decisiones, liderazgo, límites, a su vez incluye funciones y tareas concernientes a la familia extensa, amigos, vecinos, instituciones, escuelas; el control de conducta incluye la disciplina para los niños e incluso reglas para los adultos; economía doméstica, funciones relacionadas con la salud física y mental; la función de roles debe ser razonables, deben cumplirse todas las funciones necesarias para la familia, la asignación de roles debe ser razonable y no sobrecargar a ningún miembro.

#### **Para evaluar la autoestima:**

Se puede evaluar por observación, fichas entrevistas y test psicológicos como: Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) su objetivo es evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma.

Para el presente trabajo investigativo se eligió el cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) de García & Musitu (1999). Este cuestionario mide cinco dimensiones: Autoestima académica, Autoestima social, Autoestima emocional, Autoestima familiar y Autoestima física. Autoestima académica.

### **3. Alternativa de intervención educativa como vía de solución para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima**

En la presente investigación, se utiliza la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes. Al ser la familia el primer lugar donde el ser humano percibe a los demás y se integra a la sociedad, es aquí donde la persona encuentra la primera escuela de virtudes y valores; es por esta razón que las relaciones cercanas y afectuosas son necesidades fundamentales que deben ser satisfechas por los seres humanos donde se conozcan, y confíen en quienes son y lo que son. En tal virtud, y con el objetivo de mejorar la autoestima se aplicará una propuesta educativa en base al modelo de programas centrado en el desarrollo personal.

#### **DEFINICIÓN DE ALTERNATIVA DE INTERVENCIÓN**

Según Barraza (2010) la define: Como una estrategia de planeación y actuación profesional que permite a los agentes educativos tomar el control de su propia práctica profesional mediante un proceso de indagación-solución constituido por las siguientes fases y momentos:

- a) La fase de planeación. Comprende los momentos de elección de la preocupación temática, la construcción del problema generador de la propuesta y el diseño de la solución.
- b) La fase de implementación. Comprende los momentos de aplicación de las diferentes actividades que constituyen la propuesta de intervención.
- c) La fase de evaluación. Comprende los momentos de seguimiento de la aplicación de las diferentes actividades que constituyen el proyecto y su evaluación general.
- d) La fase de socialización-difusión. Comprende los momentos de: socialización, adopción y recreación. Esta fase debe conducir al

receptor a la toma de conciencia del problema origen de la propuesta, despertar su interés por la utilización de la propuesta, invitarlo a su ensayo y promover la adopción-recreación de la solución diseñada (P.24-25).

## **MODELOS DE INTERVENCIÓN**

Esta alternativa de intervención se basa en los siguientes modelos y principios básicos que permiten de una u otra manera vincularse con la sociedad.

- **Modelo de programas:** según los autores Rodríguez Espinar (2009). Define al programa de orientación como “acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a unas metas, como respuesta las necesidades educativas de los alumnos, padres y profesores insertos en la realidad de un grupo”. (p.147).

### **Fases del modelo de programas**

Una intervención a través de este modelo de acción directa sobre grupos, es una garantía del carácter educativo de la orientación, y se realiza mediante las siguientes fases de aplicación:

- **Primera fase:** en la que se realiza una evaluación de las necesidades, además de establecer metas y objetivos.
- **Segunda fase:** que se refiere al diseño mismo del programa.
- **Tercera fase:** Es la ejecución del programa y la obtención de los resultados.
- **Cuarta fase:** Para la evaluación del programa en general.



## **INTERVENCIÓN DESDE EL CONTEXTO EDUCATIVO**

La educación es una tarea compartida donde, la intervención dentro del contexto educativo se preocupa de prevenir situaciones conflictivas y mejorar el ambiente familiar y escolar; como una unidad de convivencia, oportunidad que se desarrolla desde nuevas perspectivas que lo incluyen al psicólogo educativo como participante activo en el desarrollo bio-psicosocial del individuo, como agente mediador entre familia, escuela y estudiante en el proceso de formación.

Para los autores Pertegal, Oliva & Hernando (2010) la intervención en el contexto educativo son programas implantados para paliar el problema, no sólo implican en la intervención al personal del centro educativo y alumnos (sino también a la familia, además de diseñar medidas, donde incluyan razonamiento moral o la resolución de conflictos. (Fernández-Cabezas et al., 2011), para dotar a los alumnos de habilidades que les permita el desarrollo personal y social, mejorando así la convivencia escolar y familiar.

## **PRINCIPIOS DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

De acuerdo a la autora Elvira Repetto Talavera (2009) los principios de la intervención psicopedagógica son:

- valoración del contexto y del sujeto como punto de partida de toda intervención orientadora.
- Reconocimiento unánime del principio de prevención, a ser posible primaria más que secundaria.
- Emergencia del proceso de potenciación o fortalecimiento de la persona y de los roles que están valorados en su ambiente cultural (p.29).

Mientras que los autores Codés, Álvarez & Fernández (2009). En su bibliografía explican sobre:

- **Principio Evaluativo o de diagnóstico:** es un proceso de ayuda a un individuo requiere una evaluación concebida desde una doble perspectiva del conocimiento del sujeto de sí mismo y de relación con el contexto. Y tiene varias fases:
  - La evaluación de necesidades de los grupos destinatarios
  - La evaluación de la planificación, que define las metas u objetivos a corto y mediano plazo, permitiendo la transformación del objeto desde su estado real hasta el estado deseado.
  - La evaluación de ejecución, hace referencia como se aplicará la intervención, bajo qué condiciones, durante cuánto tiempo, qué responsables y que participantes intervendrán. Parte de los objetivos y los contenidos fundamentales para tratar de solucionar los problemas que el grupo definió y comprende el momento de métodos, procedimientos y técnicas.
  - La evaluación y control, está dirigida a determinar el crecimiento de las competencias, a evaluar las actividades desarrolladas y las relaciones con las redes sociales.

**Principio de la Prevención:** pretende desarrollar actuaciones para promover resultados deseables desde los distintos niveles de prevención como son:

- **Primaria:** pretende reducir riesgos actuando antes que aparezca el problema.
- **Secundaria:** aminora el problema
- **Terciaria:** trata de apaliar los efectos del problema (p.98).

## **DEFINICIÓN DE PROPUESTA EDUCATIVA**

Según el autor Oña (2010). Define la propuesta de intervención educativa como:

Una forma de acción pedagógica dirigida, principalmente, a los jóvenes y menores en situación de riesgo o en conflicto social. Posee un carácter a la vez alternativo y complementario de sistema educativo institucionalizado y persigue realizar una educación integral, global, entendiendo a cada sujeto dentro de unas circunstancias familiares y sociales que lo configuran y sobre las cuales es necesario también trabajar si se quiere realizar una intervención positiva y provocadora de cambios interiorizados. (p.70.)

Para poder intervenir en esta propuesta se necesita de la modalidad taller.

El taller es definido por Careaga, Sica, Cirillo & Da Luz (2006).

Como un lugar donde se trabaja y se elabora. Es una forma de enseñar y aprender mediante la realización de algo. Se aprende desde lo vivencial y no desde la transmisión. Predomina el aprendizaje sobre la enseñanza. Se trata entonces de un aprender haciendo, donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica concreta, realizando algo relacionado con la formación que se pretende proporcionar a los participantes. Es una metodología participativa en la que se enseña y se aprende a través de una tarea conjunta (p.5).

### **1. Valoración de la efectividad de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes**

La valoración de la intervención se da a través de la evaluación como componente del proceso pedagógico, desde que se inicia el diagnóstico de necesidades educativas, hasta que finaliza la puesta en práctica de la intervención educativa.

## **DEFINICIÓN DE EVALUACIÓN**

La evaluación de programas es un proceso sistemático, implícito en el desarrollo del programa y presente en todas las fases de su aplicación. Juste (1992) la considera como un proceso sistemático, diseñado de forma intencional y técnicamente para recoger información rigurosa (valiosa, válida y fiable), cuyo objetivo en el proceso educativo es el de proporcionar un análisis científico de la información durante la recogida, análisis e interpretación de la información.

## **APLICACIÓN DE PRE-TEST Y POS-TEST**

### **DEFINICIÓN DE PRE-TEST**

El pre test tiene dos propósitos; establecer un rapport básico que ayudará a facilitar el proceso de prueba, tiene el fin de comunicarle al paciente la naturaleza de los procedimientos de prueba, es necesario enfatizar la confidencialidad de los resultados

### **DEFINICIÓN DE POS-TEST**

Post-Test. Representa la oportunidad para corroborar hipótesis generales del curso de la prueba. La meta consistiría en producir datos que aumenten la calidad de los resultados de la prueba. Durante el periodo post prueba pueden aminorarse los temores o al menos confrontarlos. (Díaz, 2011, p.14)

### **Modelo estadístico:**

#### **Modelo coeficiente de correlación lineal de Pearson ( $r$ Pearson)**

El modelo de coeficiente de correlación lineal de Pearson permite medir el grado de proximidad con el que un conjunto de puntos se ubica en torno a una línea recta. "la medida de fiabilidad más empleada cuando se trata de variables continuas es el coeficiente de correlación de Pearson,

basado en un modelo simple de regresión lineal de dos variables.” (Silva, 1997, pág. 65)

### Escala de valores del coeficiente de correlación lineal:

El coeficiente de correlación lineal de Pearson,  $r$ , siempre toma valores comprendidos entre  $-1$  y  $1$ . El coeficiente de correlación lineal de Pearson permite analizar el grado de aproximación de la nube de puntos en una línea recta. Tenemos que:

- Si  $-1 < r < 0$ , existe correlación lineal negativa, y será más fuerte cuanto más se aproxime  $r$  a  $-1$ .
- Si  $0 < r < 1$ , existe correlación lineal positiva, y será más fuerte cuanto más se aproxime  $r$  a  $1$ .
- Si  $r = 1$  o  $r = -1$ , la correlación es una dependencia lineal.
- Si  $r = 0$ , no existe correlación lineal o las variables no están correlacionadas linealmente. Esto no excluye que las variables estadísticas puedan estar relacionadas por una correlación curvilínea. (García, Medrano, & Jiménez, 2008, pág. 310).

Para interpretar el coeficiente de correlación utilizamos la siguiente escala:

Valor	Significado
-1	Correlación negativa grande y perfecta
-0,9 a -0,99	Correlación negativa muy alta
-0,7 a -0,89	Correlación negativa alta
-0,4 a -0,69	Correlación negativa moderada
-0,2 a -0,39	Correlación negativa baja
-0,01 a -0,19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0,01 a 0,19	Correlación positiva muy baja
0,2 a 0,39	Correlación positiva baja
0,4 a 0,69	Correlación positiva moderada
0,7 a 0,89	Correlación positiva alta
0,9 a 0,99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva grande y perfecta

## e. MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio consistió en la creación de una propuesta de intervención educativa a partir del diagnóstico realizado sobre la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo “C” de la Unidad Educativa Calasanz de la sección nocturna, periodo 2013-2014. La misma se desarrolló de forma estructurada y sistemática, durante los meses de junio y julio del 2014.

La presente investigación fue de tipo descriptiva, de corte transversal y diseño cuasi-experimental (pre-test y pos-test). **Descriptiva** porque registro las dificultades que se presentaron en la realidad temática y datos característicos de los estudiantes del segundo año de bachillerato paralelo “C” de la Unidad Educativa Calasanz sección nocturna, de la ciudad de Loja; **cuasi-experimental** porque permitió establecer el impacto de la propuesta educativa mediante la aplicación de pre-test y pos-test en grupos que tienen su origen en el medio natural.

Los métodos que permitieron llevar este proceso investigativo de una manera clara y ordenada fueron:

El **método científico** que se utilizó en todo el proceso investigativo, como en la formulación del problema y definición del trabajo investigativo; cuya explicación se sustentó científicamente en el marco teórico, el mismo que reunió los elementos referidos a la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima; dando bases sólidas para la formulación de objetivos, comprensión y explicación del problema a investigar.

El método **analítico** permitió analizar la relación lógica y ordenada para la elaboración del tema, los objetivos, problemática y justificación, con la

revisión bibliográfica y a la información empírica recopilada, se procedió a identificar cada una de las características de estos dos elementos; también se utilizó para hacer el debido análisis de los resultados, a través de la elaboración de tablas y gráficos, que permitieron visualizar los resultados obtenidos. El **método descriptivo** con él se efectuó la explicación de los resultados y la formulación de las conclusiones; el **método inductivo** pudo establecer la problematización, la construcción de los instrumentos que recolectaron la información. El **método deductivo** permitió comprobar y contrastar los objetivos planteados, señalando los aspectos particulares contenidos en el tema general a investigar, partiendo de la observación de fenómenos generales a lo particular de las variables antes mencionadas. El método **Histórico- Lógico** estuvo vinculado al conocimiento de las distintas etapas de los objetos en su sucesión cronológica, para conocer la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes, revelar su proceso, las etapas principales de su desenvolvimiento y las conexiones históricas fundamentales. Mediante el método histórico se analizó la trayectoria concreta de la teoría, su condicionamiento a los diferentes períodos de la historia, que sirvió para estudiar todo el proceso histórico de los estudios de la funcionalidad familiar y autoestima de la población investigada. Los métodos lógicos se basaron en el estudio histórico poniendo de manifiesto la lógica interna de desarrollo, de su teoría y hallar el conocimiento más profundo de esta, de su esencia. La estructura lógica del objeto implicó su modelación, los mismos que estuvieron presentes en toda la investigación desde que se determinó la problemática a investigar; pero se usaron con mayor énfasis en la elaboración de la introducción y la fundamentación teórica, así como en la interpretación de los resultados que dieron los instrumentos.

Además se seleccionó un conjunto de métodos:

Se utilizó el **método comprensivo, (objetivo 1, teórico)** que implican comprender las relaciones internas y profundas de un todo al ir

adentrándose en su esencia , respetando la originalidad de los fenómenos; seguir la pista de la historia de los referentes teóricos sobre funcionalidad familiar y autoestima; que sirvió para el análisis teórico de la realidad temática, el **método de diagnóstico (objetivo 2 de diagnóstico)**, permite conocer aspectos intrínsecos a la realidad temática, permitió conocer la situación real de la población sujeta a investigación a través de la recolección de datos por medio de encuestas, y pre-test, dirigido a los estudiantes, que puntualizaron los problemas y fortalezas de su realidad. El **método de modelación** (objetivo 3 y 4 de diseño y aplicación del modelo alternativo), es el método mediante el cual se crean abstracciones con vistas a explicar la realidad; es el método que opera en forma práctica o teórica con un objeto, no en forma directa, sino utilizando cierto sistema intermedio, auxiliar, natural o artificial, manteniéndose siempre una estructura lógica entre los mismos. **Método correlación** (objetivo 5 de valoración), consistió en relacionar la funcionalidad familiar y autoestima mediante el método de correlación de las variables x y.

Las técnicas e instrumentos seleccionados contribuyeron a dar respuesta a los objetivos planteados al inicio del mismo, se utilizaron los siguientes:

La encuesta

Esta técnica permitió recoger información para conocer la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes; esta encuesta está estructurada con nueve ítems y sus respuestas con alternativas de sí o no. **(Anexo 1)**

### **Instrumentos de investigación**

Se seleccionó dos instrumentos que facilitaron recoger la información pertinente. Los instrumentos utilizados para el pre y post test que se aplicaron antes de la intervención y luego de la intervención.



- ❖ El cuestionario EFF (cuestionario de funcionamiento familiar), tiene como objetivo evaluar la percepción de un miembro de la familia con respecto a la funcionalidad de su familia, este instrumento fue elaborado por Atri, Velasco & Luna (2006), está constituido por seis escalas, que contiene en total 40 reactivos, basados en la escala de Likert, el mismo que utiliza cinco opciones para valorar cada reactivo: totalmente de acuerdo (5), de acuerdo (4), ni de acuerdo ni en desacuerdo (3), en desacuerdo (2) y totalmente en desacuerdo (1). Esta escala ayuda medir las siguientes dimensiones: involucramiento afectivo funcional, involucramiento afectivo disfuncional, patrones de comunicación disfuncionales, patrones de comunicación funcionales, resolución de problemas y patrones de control de conducta.

El involucramiento afectivo funcional consta de 17 reactivos positivos represente el grado en que la familia muestra interés y valora a cada miembro de la familia, y denota la habilidad para responder con una amplia gama de emociones, así como la capacidad de proporcionar cuidados, afecto y bienestar.

Involucramiento afectivo disfuncional incluye 11 reactivos negativos en el nivel afectivo familiar, implica una sobrecarga en algún miembro de la familia.

Patrones de comunicación disfuncional agrupa 4 reactivos tiene que ver con aspectos negativos de la comunicación tanto verbal como no verbal, enfoca una marcada dificultad en el intercambio de información en el área afectiva.

Patrones de comunicación funcional está conformado por 3 reactivos se refiere al intercambio de información verbal principalmente en el área instrumental (se relaciona con aspectos mecánicos de la vida diaria como sustento económico, alimento, ropa, casa, transportación, etc.).

Resolución de problemas reúne 3 reactivos y engloba las áreas como resolución de problemas, control de conducta y roles; revela que la familia es capaz de ponerse de acuerdo y que tiene una buena organización familiar y pueden resolver los problemas instrumentales que se les presente.

Patrones de control de conducta incluye 2 reactivos pertenecientes al control de la conducta, se refiere a los patrones que adopta una familia para manejar el comportamiento, con la posibilidad de negociar y cambio dependiendo del contexto.

Para calificar el cuestionario es necesario:

- a. Seleccionar los reactivos que pertenecen a cada factor
- b. Sumar la calificación de los puntajes dados por el sujeto
- c. El puntaje obtenido es la calificación para ese factor
- d. Comparar el puntaje con el punto medio o punto de corte, tomando en cuenta el puntaje máximo que podemos obtener, así como el mínimo.

Para saber si la calificación de cada factor tiende hacia la categoría o definición del factor, se debe obtener el punto medio del puntaje, también llamado punto de corte, que es diferente en cada factor.

El punto de corte se obtiene multiplicando el número total de reactivos de cada factor por 3, que en la escala de Likert es un punto medio y se podrá evaluar si la persona está por encima o por debajo de este.

Para obtener el puntaje máximo se multiplica el número total de reactivos de cada factor por 5, que en la escala de Likert es el puntaje más alto, y para obtener el puntaje mínimo se multiplica el número total de reactivos de cada factor por 1, que en la escala de Likert es el puntaje más bajo asignado.

Factor 1: involucramiento afectivo funcional

Reactivos: 1,2,4,10,11,12,13,18,19,20,21,24,26,29,33,35,y 38

Total: 17 reactivos                  Reactivos en positivo

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $17 \times 3 = 51$  (punto de corte o punto medio)

Si la suma del puntaje está por arriba de 51 puntos indica que el involucramiento afectivo es funcional. El máximo puntaje a obtener es de 85 y el mínimo es 17

Factor 2: involucramiento afectivo disfuncional

Reactivos: 3,6,7,14,15,22,30,32,34,37,y 39

Total: 11 reactivos                  Reactivos negativos

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $11 \times 3 = 33$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 33 puntos existe involucramiento afectivo disfuncional.

El máximo de puntaje a obtener es de 55 y el mínimo 11.

Factor 3: patrón de comunicación disfuncional

Reactivos: 5, 16,25 y 27

Total: 4 reactivos                  Reactivos negativos

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $4 \times 3 = 12$   
(punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 12 existe patrones de comunicación disfuncional

El máximo de puntaje a obtener es de 20 y el mínimo 4

Factor 4: patrón de comunicación funcional

Reactivos: 8,36 y 40

Total: 3 reactivos          Reactivos positivos

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $3 \times 3 = 9$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 9 existe patrones de comunicación funcional

El máximo de puntaje a obtener es de 9 y el mínimo 3

Factor 5: resolución de problemas

Reactivos 17,23 y 31

Total: 3 reactivos          Reactivos en positivo

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $3 \times 3 = 9$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 9 existe el grado de resolución de problemas.

El máximo de puntaje a obtener es de 9 y el mínimo 3

Factor 6: patrones de control de conducta

Reactivos 9 y 28

Total: 2 reactivos      Reactivos en positivo

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $2 \times 3 = 6$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 6 existen patrones de control de conducta

El máximo de puntaje a obtener es de 10 y el mínimo 2

- ❖ El cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) de García & Musitu (1999), se compone de 30 ítems, a los que se responde mediante una escala Likert de 1 a 5: (1) nunca, (2) pocas veces, (3) algunas veces, (4) muchas veces y (5) siempre. Este cuestionario mide cinco dimensiones: Autoestima académica, Autoestima social, Autoestima emocional, Autoestima familiar y Autoestima física.  
Autoestima académica: El contenido de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo. (ANEXO 3).
  - Autoestima social: El contenido semántico de los ítems hace referencia a la opinión que el propio individuo posee de sus relaciones sociales.
  - Autoestima emocional: El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que posee el individuo sobre sus propias emociones.
  - Autoestima familiar: El contenido semántico de los ítems alude a la valoración que el propio individuo realiza de sus relaciones familiares. Representa la percepción que el adolescente tiene de su posición en la

familia, por tratarse de un ítem inverso (“me siento querido/a por mis padres”).

- Autoestima física: El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus características físicas posee el individuo.

Para calificar el cuestionario de evaluación de la autoestima en adolescentes (AUT-AD)

Autoestima física:

- 5. Me cuido físicamente
- 10. Me buscan para realizar actividades deportivas
- 15. Me considero elegante
- 20. Me gusta como soy físicamente
- 25. Soy buena/o haciendo deporte
- 30. Soy una persona atractiva.

El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus características físicas posee el individuo.

Autoestima emocional:

- 3. Tengo miedo de algunas cosas
- 8. Muchas cosas me ponen nerviosa/o
- 13. Me asusto con facilidad
- 18. Cuando los mayores me dicen algo me pongo muy nerviosa/o
- 23. Me pongo nerviosa/o cuando me pregunta el profesor/a
- 28. Me siento nervioso/a.

El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus propias emociones posee el individuo.

#### Autoestima familiar

- 4. Soy muy criticado/a en casa
- 9. Me siento feliz en casa
- 14. Mi familia está decepcionada de mí
- 19. Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas
- 24. Mis padres me dan confianza
- 29. Me siento querido/a por mis padres.

El contenido semántico de los ítems alude a la valoración que el propio individuo realiza de sus relaciones familiares.

#### Autoestima académica

- 1. Hago bien los trabajos escolares
- 6. Mis profesoras/es me consideran un buen trabajador/a
- 11. Trabajo mucho en clase
- 16. Mis profesoras/es me estiman
- 21. Soy un buen estudiante
- 26. Mis profesores/as me consideran inteligente y trabajador/a.

El contenido semántico de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo.

#### Autoestima social

- 2. Consigo fácilmente amigos/as
- 7. Soy una persona amigable
- 12. Es difícil para mí hacer amigas/os
- 17. Soy un chico/a alegre
- 22. Me cuesta hablar con desconocidos/as
- 27. Tengo muchos amigos/as.

El contenido semántico de los ítems hace referencia a la opinión que el propio individuo posee de sus relaciones sociales.

Para el cumplimiento de los objetivos se procedió de la siguiente manera.

Para el objetivo teórico se procedió a hacer revisión bibliográfica de los fundamentos teóricos que permitan sustentar científicamente la funcionalidad familiar y la autoestima de acuerdo a las normas APA.

Se cumplió con el segundo objetivo diagnosticar la funcionalidad familiar y la autoestima en los estudiantes investigados, se utilizó el cuestionario EFF (cuestionario de funcionamiento familiar), el cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD).

Para el objetivo tres y cuatro se diseñó y ejecuto la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes, mediante seis sesiones ejecutándose con la modalidad taller (**anexo 4**).

Los temas fueron programados, seleccionados y planificados con sus respectivos objetivos, materiales y metodología que se detallan en la propuesta educativa.

Para el objetivo 5 se utilizó el modelo de coeficiente de correlación lineal de Pearson ( $r$  Pearson), para valorar la efectividad de la intervención. Mediante el mismo se determino la relación entre los resultados del pre-test y pos-test y principalmente determinar si la propuesta de intervención educativa contribuyo al fortalecimiento de la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes.

## **Procedimiento**

El estudio realizado se llevó a cabo durante cinco sesiones de trabajo y ocho talleres para la aplicación de la alternativa.



- La primera sesión fue realizada con el propósito de presentarse ante la dirección de la institución y plantear los objetivos de la investigación, así como conocer la posibilidad de apoyo por parte del centro de participar y colaborar con la misma y luego solicitar el consentimiento por parte del rector de la Unidad Educativa Calasanz.
- Una segunda sesión se basó en efectuar una entrevista a profesores guías de los diferentes cursos con el objetivo de conocer, el criterio sobre funcionalidad familiar y autoestima. Cuando se concluyó con la entrevista a los docentes se determinó que el segundo año de bachillerato paralelo "C" de la sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz manifiestan mayor problemática en la familia y sobre la percepción de su propia imagen (baja autoestima).
- En una tercera sesión se aplicó un sondeo a los estudiantes para conocer su realidad problemática sobre funcionalidad familiar y autoestima.
- La cuarta sesión se dispuso a trabajar con los estudiantes de forma independiente y grupal en la aplicación de la encuesta inicial, con el objetivo de reconocer las características de la realidad problemática.
- La quinta sesión estuvo dirigida a observar el comportamiento de autoestima de los estudiantes en actividades docentes y durante el horario del receso. Aunque esta técnica estuvo presente durante todo el proceso de evaluación. Posterior a ello se aplicaron el cuestionario de diagnóstico.
- En la sexta sesión se llevó a cabo la aplicación del cuestionario de funcionalidad familiar (EFF) y autoestima (AUT-DA) como pretest.
- En la séptima sesión se inició la ejecución de la propuesta de intervención educativa como vía de solución a la problemática, y como estrategia de aplicación fue el taller.

Las sesiones y el taller se realizaron en horarios nocturnos, de forma grupal y con adecuadas condiciones de infraestructura que tiene la institución.

La investigación (tesis) se realizó en el período comprendido entre los meses de marzo y julio del 2014. La duración de cada sesión fue de promedio de 30 a 35 minutos; para cada sesión o taller de la intervención se utilizó 70 minutos.

En la última sesión de trabajo, se cumple con una reunión con presencia de la Coordinadora Académica para ofrecerles la información obtenida hasta el momento, y a su vez obtener la certificación del cumplimiento de todo el proceso de investigación.

### **Métodos estadísticos y/o de procesamiento matemático.**

Los resultados obtenidos en el análisis porcentual fueron representados en cuadros y gráficos; haciendo una interpretación psicológica de la información obtenida.

### **Análisis integrador de los resultados obtenidos.**

Los resultados obtenidos a través de las diferentes técnicas y métodos empleados para el diagnóstico, pre-test y pos-test (encuesta y cuestionarios) fueron analizados e interpretados utilizando programas de Word y Excel, para el análisis e interpretación se utilizó la técnica del ROPAI (recoger los datos, organizar en cuadros, presentar gráficos y el análisis e interpretación), lo que permitió constatar el problema presentado y a partir de esto se elaboró y aplicó la propuesta de intervención educativa, para validar la propuesta se usó el modelo correlacional lineal de la  $r$  de Pearson, para esto se utilizó el programa Minitab14.

La propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes se desarrolló a través de cuatro etapas:

### **Etapa No. 1: Diagnóstico de necesidades educativas**

En esta fase se realizó el diagnóstico (encuesta), también se aplicó los instrumentos previstos para identificar los niveles de funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes investigados a través del pretest. De inmediato se procedió a la evaluación de los resultados, con la finalidad de tener una información objetiva acerca de los mismos, de manera que se pueda tomar decisiones cerca de lo que se va a hacer y cómo se va a hacer.

### **Etapa No. 2: Elaboración de la propuesta o estrategia**

En esta etapa se procedió a planear la propuesta sobre las necesidades identificadas, delimitando objetivos, metodología y acciones concretas. Asimismo se crean las condiciones para que los directivos y el personal docente vinculado al grupo investigado se encuentren en condiciones de desarrollar una mejor interacción con los estudiantes y se pueda producir, mayor efectividad en el proceso.

### **Etapa No. 3 Ejecución de la estrategia**

La propuesta de intervención se basa en el trabajo con los estudiantes, teniendo en cuenta la significación de la Unidad Educativa como institución capaz de guiar el desarrollo de las nuevas generaciones de manera organizada, planificada y sistemática, incluyendo la familia. En esta etapa se coordinan los aspectos propios de la propuesta y su organización, para hacerla corresponder con los resultados alcanzados en la fase de diagnóstico con el propósito de hacer más dinámica la intervención. En cada sesión se tiene en cuenta tres momentos:

- **Primer momento:** El instante de la introducción del tema a tratar.
- **Segundo momento:** Se realizan diversas acciones para dar cumplimiento a los objetivos planteados y también se utilizan en algunos momentos técnicos participativas como parte del proceso del taller a seguir.

- **Tercer momento:** En este tercer momento se hace una reflexión sobre el tema o evaluación del taller.

#### **Etapa No. 4 Evaluación**

En esta etapa se hace la evaluación de las acciones desarrolladas de manera continua y sistemática una vez cumplido con el periodo experimental. En esta fase se aplican nuevamente instrumentos de investigación pos-test para correlacionar y determinar la pertinencia de la estrategia e ir analizando sobre los logros alcanzados y obstáculos que interfirieron para el buen desarrollo de la misma. (**Anexo 5** matrices).

La Valoración de la propuesta de intervención diseñada para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes, tuvo en cuenta el modelo estadístico de coeficiente correlacional lineal de la  $r$  de Pearson.

## f. RESULTADOS

### DIAGNÓSTICO

1. ¿Qué aspectos de la funcionalidad familiar existe en mi familia?

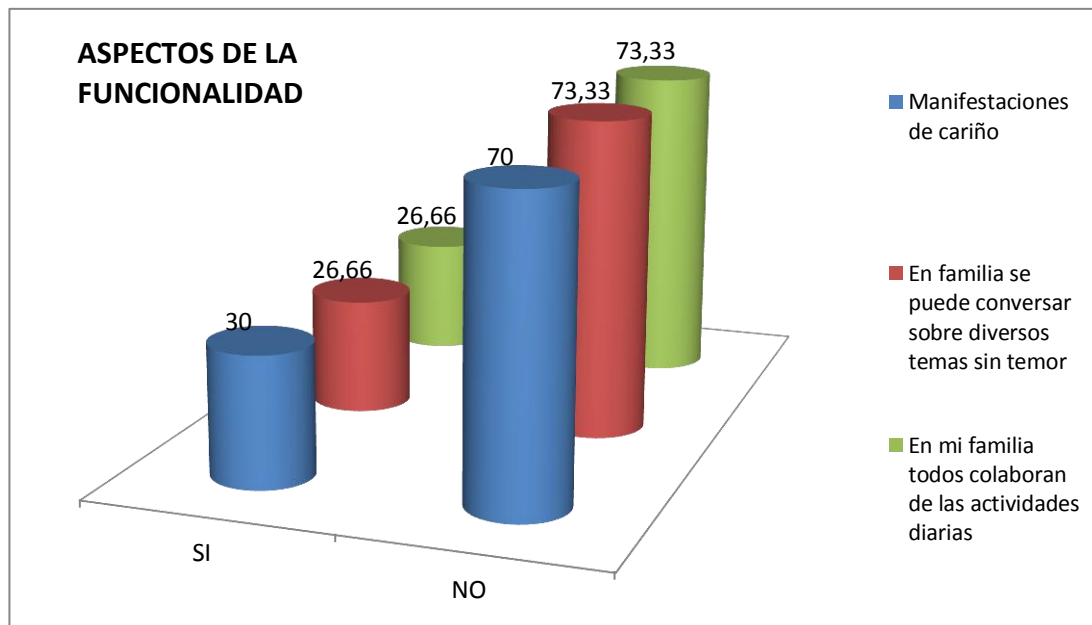
**Cuadro 1**

Aspectos de la funcionalidad familiar						
Alternativa	Manifestaciones de cariño		En familia se puede conversar sobre diversos temas sin temor		En mi familia todos colaboran de las actividades diarias	
	f	%	f	%	f	%
<b>SI</b>	9	30,00	8	26,66	8	26,66
<b>NO</b>	21	70,00	22	73,33	22	73,33
<b>TOTAL</b>	30	100,00	30	100,00	30	100,00

*FUENTE: Encuesta para el diagnóstico aplicada a los estudiantes de Segundo de bachillerato "C" de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna, 2014*

*RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas*

**Gráfico 1**



#### Análisis e interpretación:

En la encuesta aplicada como diagnóstico sobre funcionalidad familiar y autoestima se pudo evidenciar que el 70% de la población investigada no

tienen manifestaciones de cariño, el 73,33 % tiene temor para conversar sobre temas diversos en familia y el 73,33 % no colabora en las actividades diarias como familia. Interpretando el criterio de los autores, los estudiantes viven disfuncionalidad familiar porque no existe el involucramiento afectivo entre sus miembros, por la falta de comunicación o por estar centrada en intercambios negativos como insultos, amenazas, comparaciones, demostrando desinterés e indiferencia a las actividades de la familia por falta de límites o sobreprotección.

La población investigada continuamente vive disfuncionalidad familiar; debido a la falta de afectividad, diálogo, compromiso, tiempo ya sea de padres a hijos o viceversa.

¿Me siento satisfecho conmigo mismo?

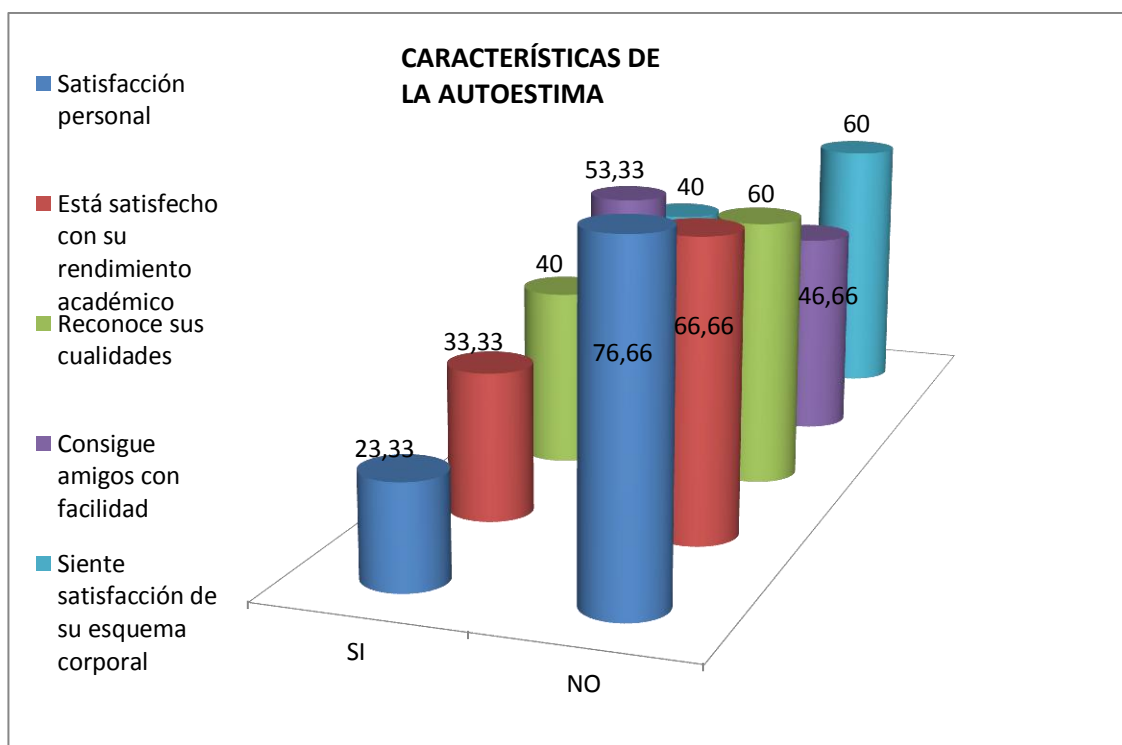
**Cuadro 2**

Características de la autoestima										
Alternativa	Satisfacción personal		Está satisfecho con su rendimiento académico		Reconoce sus cualidades		Consigue amigos con facilidad		Siente satisfacción de su esquema corporal	
	f	%	f	%	f	%	f	%	F	%
<b>SI</b>	7	23,33	10	33,33	12	40,00	16	53,33	12	40,00
<b>NO</b>	23	76,66	20	66,66	18	60,00	14	46,66	18	60,00
<b>TOTAL</b>	30	100	30	100	30	100	30	100	30	100

**FUENTE:** Encuesta para el diagnóstico aplicada a los estudiantes de Segundo de bachillerato "C" de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna, 2014

**RESPONSABLE:** Susana Magdalena Jiménez Achupallas

**Gráfico 2**



**Análisis e interpretación:**

Los resultados arrojados en el diagnóstico revelan que el 76,67% de los investigados no tienen satisfacción personal, el 66,67% de los estudiantes no están satisfechos con su rendimiento académico, el 60% no saben reconocer sus cualidades, el 60% no se siente satisfecho de su esquema

corporal y solo el 46, 67% consigue amigos con facilidad. Contrastando el criterio de los autores la baja autoestima se da por el rechazo de su cuerpo desintegrando las características fisiológicas, cognitivas, afectivas y conductuales volviéndose inseguros e incapaces a la hora de concebir y aceptar su personalidad.

Los estudiantes manifiestan baja autoestima por la falta de seguridad en sus capacidades, la falta de autoaceptación, desconfiando de su valía como personas únicas e irrepetibles repercutiendo en su imagen corporal, social y académica.



## 2. Resultados de la Evaluación de la Funcionalidad Familiar (EFF) pretest y postest

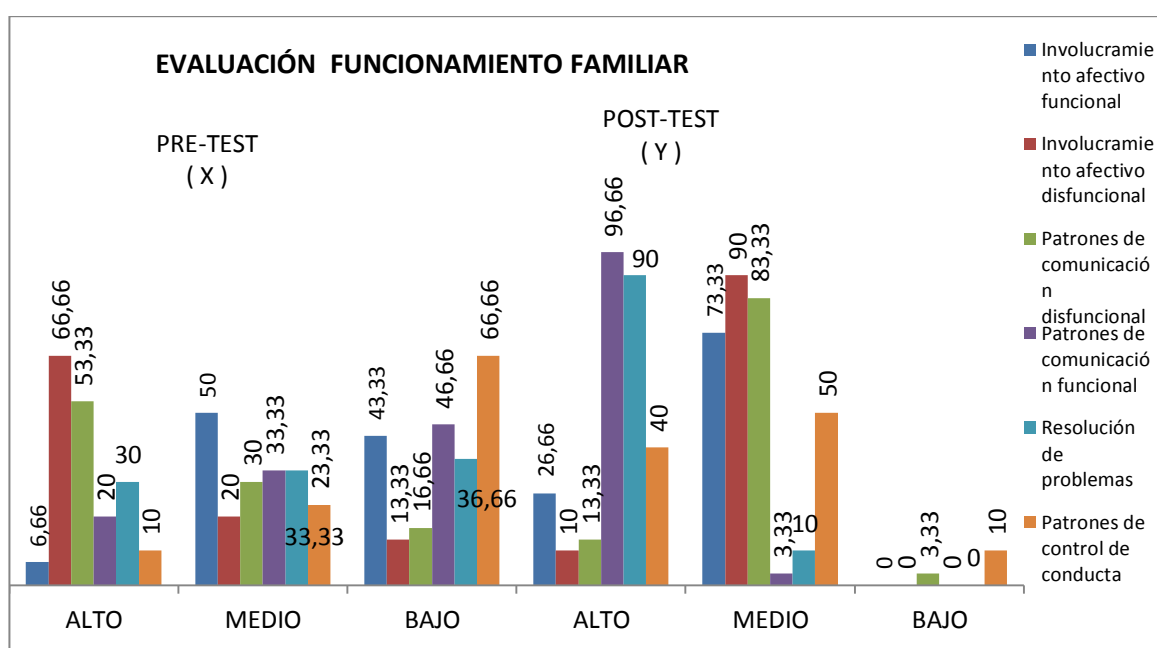
**Cuadro 3**

Evaluación del funcionamiento Familiar	NIVELES DEL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR													
	PRE-TEST						POST-TEST							
	ALTO		MEDIO		BAJO		ALTO		MEDIO		BAJO		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Involucramiento afectivo funcional	2	6.66	15	50,00	13	43.33	8	26,66	22	73,33	0	0	30	100
Involucramiento afectivo disfuncional	20	66.66	6	20,00	4	13.33	3	10,00	27	90,00	0	0	30	100
Patrones de comunicación disfuncional	16	53.33	9	30,00	5	16.66	4	13,33	25	83,33	1	3,33	30	100
Patrones de comunicación funcional	6	20.00	10	33.33	14	46.66	29	96,66	1	3,33	0	0	30	100
Resolución de problemas	9	30.00	10	33.33	11	36.66	27	90,00	3	10,00	0	0	30	100
Patrones de control de conducta	3	10.00	7	23.33	20	66.66	12	40,00	15	50,00	3	10,00	30	100

**FUENTE:** Cuestionario de evaluación del funcionamiento familiar (EFF) aplicada a los estudiantes de Segundo de bachillerato "C" de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna, 2014

**RESPONSABLE:** Susana Magdalena Jiménez Achupallas

**Gráfico 3**



## **Análisis e interpretación**

Los resultados del pre-test revelan que en el nivel alto solo el 6,66% posee involucramiento afectivo funcional, el 66,66% involucramiento afectivo disfuncional, el 53,33% posee patrones de comunicación disfuncional, el 20% patrones de comunicación funcional, el 30% resuelve los problemas y el 10% tiene patrones de control de conducta. En el nivel medio se encuentra con el 50% involucramiento afectivo funcional, 20% involucramiento afectivo disfuncional, 30% posee patrones de comunicación disfuncional, el 33,33% patrones de comunicación funcional, 33,33% resolución de problemas y el 23,33% patrones de control de conducta. Nivel bajo 43,33% involucramiento afectivo funcional, 13,33% involucramiento afectivo disfuncional, 16,66% posee patrones de comunicación disfuncional, el 46,66% patrones de comunicación funcional, 36,66% resolución de problemas y el 66,66% patrones de control de conducta.

Después de haber aplicado la alternativa de intervención educativa los resultados del pos-test evidentemente aumentaron los niveles altos en: el 26,66% involucramiento afectivo funcional, 10% involucramiento afectivo disfuncional, 33,33% posee patrones de comunicación disfuncional, el 96,66% patrones de comunicación funcional, 90 % resolución de problemas y el 40% patrones de control de conducta. Nivel medio 73,33% involucramiento afectivo funcional, 90% involucramiento afectivo disfuncional, el 83,33% posee patrones de comunicación disfuncional, el 3,33% patrones de comunicación funcional, 10% resolución de problemas y el 50% patrones de control de conducta. Nivel bajo 3,33% patrones de comunicación disfuncional y 10% en patrones de control de conducta.

Haciendo un análisis de los resultados obtenidos, se puede observar que la disfuncionalidad familiar se da por un limitado involucramiento afectivo funcional, falta de patrones de comunicación funcional y por escasos patrones de control de conducta debido que muchas familias no saben

resolver sus problemas; por lo que se recomienda continuar con espacios que ayuden al desarrollo emocional de los estudiantes, puesto que la intervención llevada a cabo dio buenos resultados.

### 3. Resultados del Cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) pretest y postest

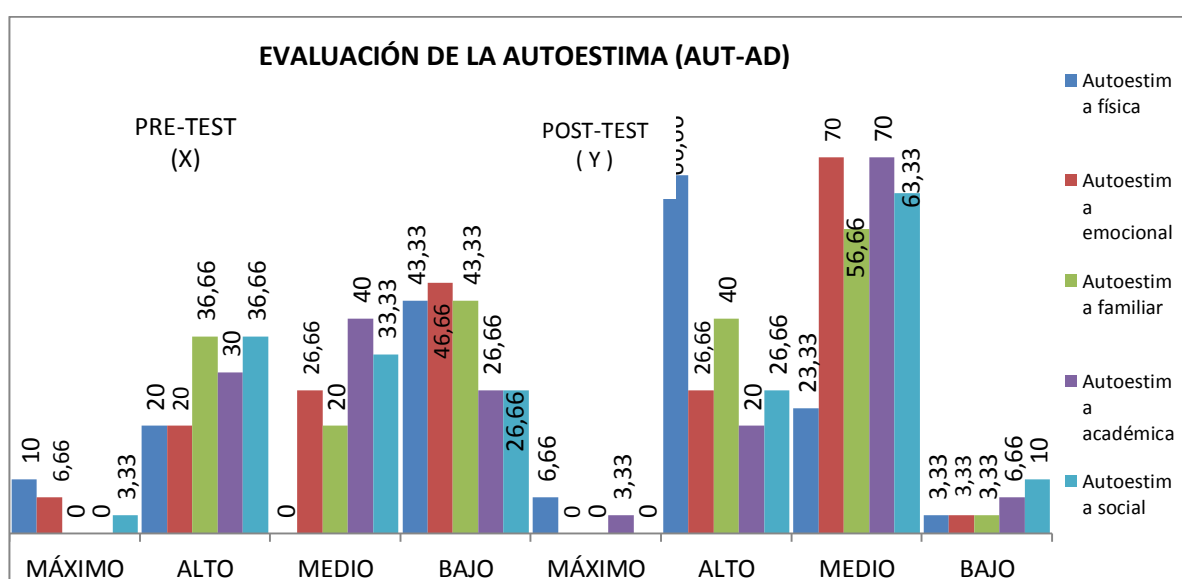
**Cuadro 4**

Evaluación de la autoestima	NIVELES DE AUTOESTIMA																	
	PRE-TEST								POS-TEST									
	MÁXIMO		ALTO		MEDIO		BAJO		MÁXIMO		ALTO		MEDIO		BAJO		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	30	100
A. Física	3	10,00	6	20,00	8	26,66	13	43,33	2	6,66	20	66,66	7	23,33	1	3,33	30	100
A. Emocional	2	6,66	6	20,00	8	26,66	14	46,66	0	0,00	8	26,66	21	70,00	1	3,33	30	100
A. Familiar	0	0,00	11	36,66	6	20,00	13	43,33	0	0,00	12	40,00	17	56,66	1	3,33	30	100
A. Académica	1	3,33	9	30,00	12	40,00	8	26,66	1	3,33	6	20,00	21	70,00	2	6,66	30	100
A. Social	1	3,33	11	36,66	10	33,33	8	26,66	0	0,00	8	26,66	19	63,33	3	10,00	30	100

**FUENTE:** Cuestionario de evaluación de la autoestima para adolescentes (AUT-AD) aplicada a los estudiantes de Segundo de bachillerato "C" de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna, 2014

**RESPONSABLE:** Susana Magdalena Jiménez Achupallas

**Gráfico 4**



## **Análisis e interpretación**

De acuerdo a los resultados de los estudiantes investigados en el pre-test se encontró en el máximo nivel el 10% en autoestima física, el 6,66% autoestima emocional, el 3,33% autoestima académica, el 3,33% autoestima social. En el nivel alto, el 20% autoestima física, el 20% autoestima emocional, el 36,66% autoestima familiar, el 30% autoestima académica y el 36,66% autoestima social. Con respecto al nivel medio el 26,66% autoestima física, el 26,66% autoestima emocional, el 20% autoestima familiar, el 40% autoestima académica y el 33,33% autoestima social. En el nivel bajo el 43,33% autoestima física, el 46,66% autoestima emocional, el 43,33% autoestima familiar, el 26,66% autoestima académica y el 26,66% autoestima social.

Luego de haber aplicado la propuesta de intervención educativa el postest demuestra que estos porcentajes subieron al nivel máximo el 6,66% en autoestima física, y el 3,33 en autoestima académica. En el nivel alto el 66,66% autoestima física, el 26,66% autoestima emocional, el 40% autoestima familiar, el 20% autoestima académica y el 26,66% autoestima social.

Con relación al nivel medio el 23,33% autoestima física, el 70% autoestima emocional, el 56,66% autoestima familiar, el 70% autoestima académica y el 63,33% autoestima social. Con respecto al nivel bajo el 3,33% autoestima física, el 3,33% autoestima emocional, el 3,33% autoestima familiar, el 6,66% autoestima académica y el 10% autoestima social.

Por lo tanto se puede deducir que existe una baja autoestima en los estudiantes investigados. Resaltando que en sus vidas falta el ingrediente principal que es amor propio para fortalecer sus potencialidades y descubrir lo valiosos que son como personas, como esos seres únicos, especiales e irrepetibles, que deben creer, confiar en sí mismos, descubrirse y vivir como seres amados y que aman su vida integrando fortalezas y debilidades para componer un todo.

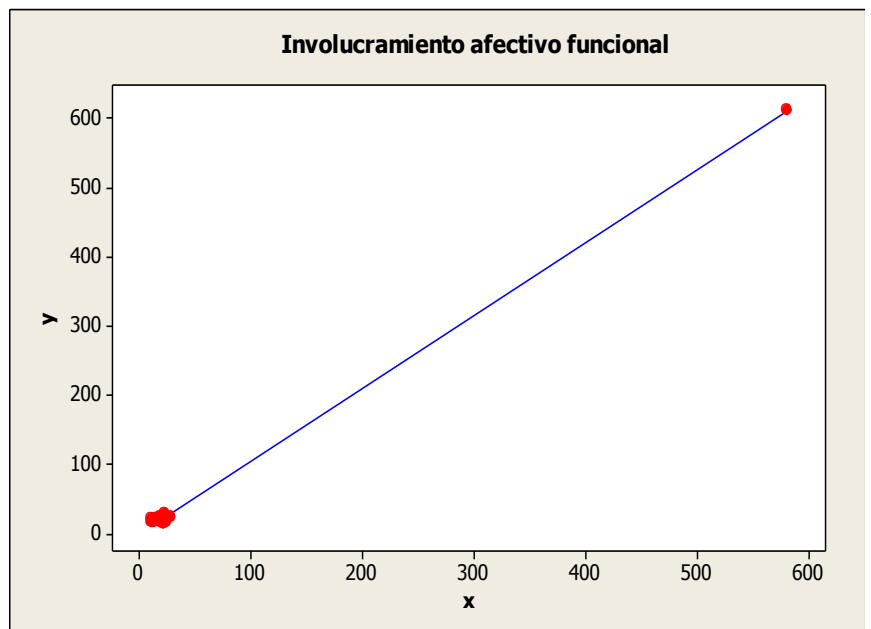
#### 4. Resultados de la aplicación de la alternativa mediante la correlación lineal r de Pearson

##### Funcionalidad familiar

##### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,99

Pre-test X	Post-test y
23	22
24	18
15	19
23	20
24	19
23	21
19	24
24	17
23	25
18	21
12	17
21	19
19	21
19	17
19	17
15	22
10	18
17	21
22	24
20	25
23	19
21	16
18	19
22	20
28	24
22	28
12	19
21	19
13	18
11	23

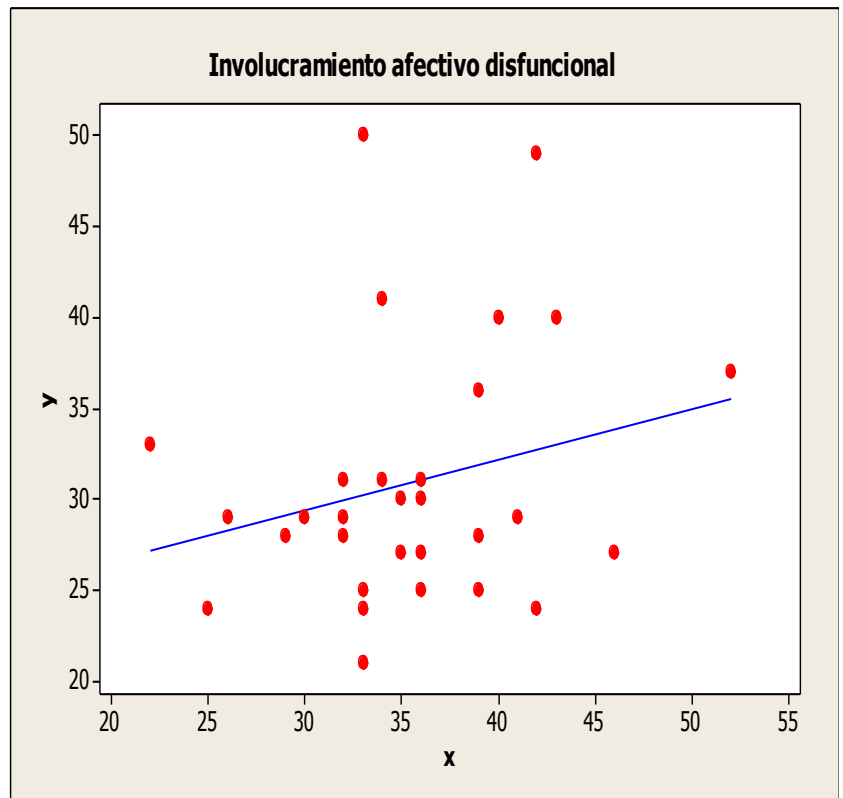


Existe una correlación de 0.99 positiva muy alta, la intervención aplicada ayudo a fortalecer la funcionalidad familiar, aumentando su nivel de involucramiento afectivo funcional.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,24

Pre-test X	Post-test y
52	37
26	29
33	50
42	24
35	27
32	31
30	29
36	30
34	41
42	49
43	40
32	29
39	25
33	21
41	29
33	25
40	40
36	31
25	24
39	36
32	28
39	28
22	33
46	27
33	24
36	27
29	28
34	31
35	30
36	25

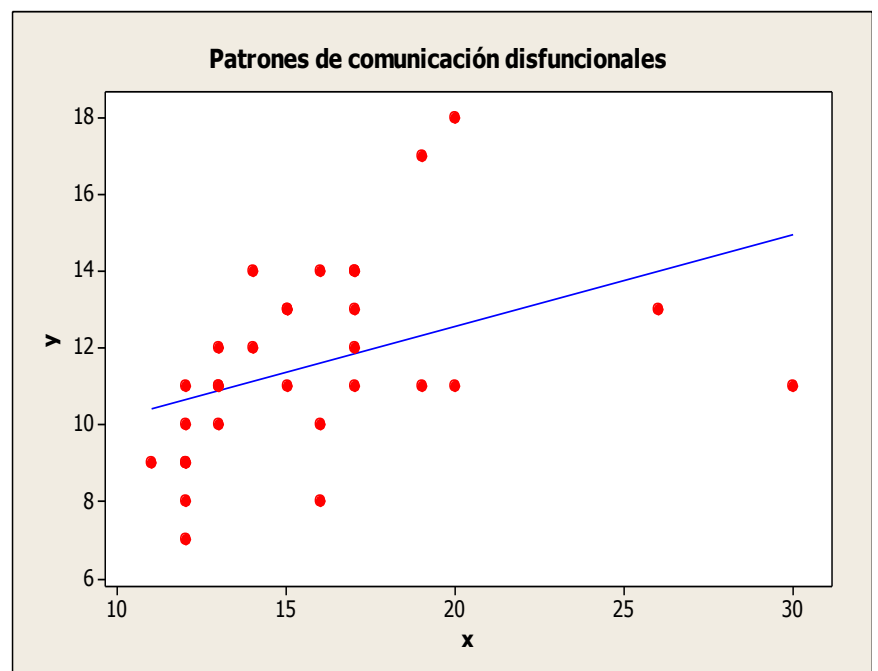


La correlación de 0,24 es positiva baja, la propuesta de intervención educativa logro disminuir el involucramiento afectivo disfuncional.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,40

Pre-test X	Post-test y
20	18
13	11
15	13
17	12
30	11
11	9
16	14
20	11
17	14
26	13
15	11
17	11
19	11
12	11
16	10
13	10
19	17
15	13
17	13
14	14
12	8
14	12
12	9
16	8
12	9
12	10
12	7
13	12
17	14
13	11

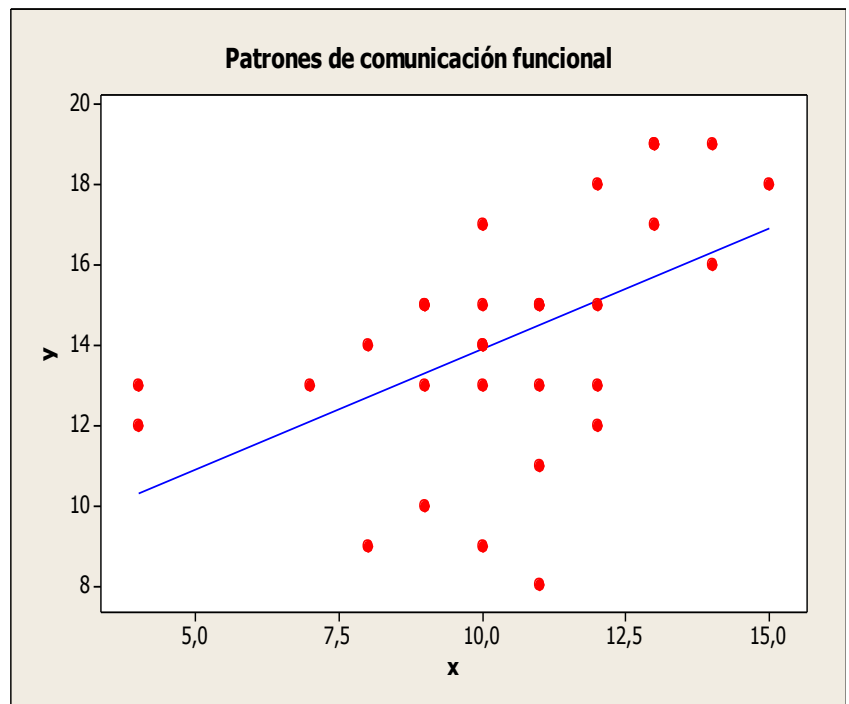


La correlación de 0,40 es positiva moderada, por lo tanto la propuesta de intervención logro disminuir los patrones de comunicación disfuncional, fortaleciéndose la funcionalidad familiar moderadamente.

## Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,51

Pre-test X	Post-test y
8	14
9	15
9	10
11	13
8	9
11	8
13	17
15	18
12	12
12	18
9	15
14	16
10	9
4	13
11	15
11	15
12	13
11	11
4	12
7	13
13	19
12	15
10	14
10	13
10	15
9	13
14	19
10	17
10	14
13	19



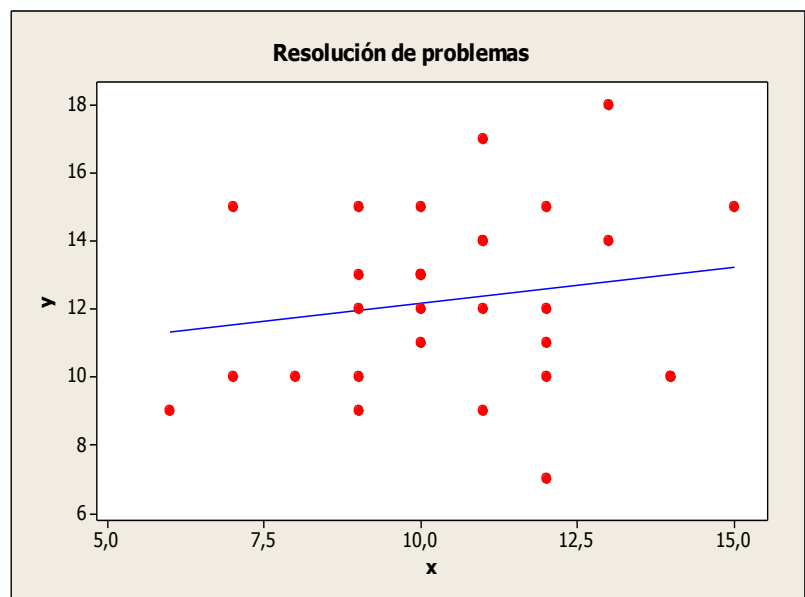
La correlación de 0,51 es positiva moderada, mientras la variable X disminuye la variable Y aumenta, dando un resultado altamente positivo para la intervención aplicada mejorando los patrones de comunicación funcional.



### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,17

Pre-test X	Post-test Y
12	15
11	17
10	13
11	14
8	10
7	15
11	14
11	12
13	14
10	13
9	9
10	12
11	9
6	9
9	10
10	13
12	7
14	10
15	15
9	13
7	10
12	10
10	15
14	10
9	12
12	11
13	18
12	12
10	11
9	15

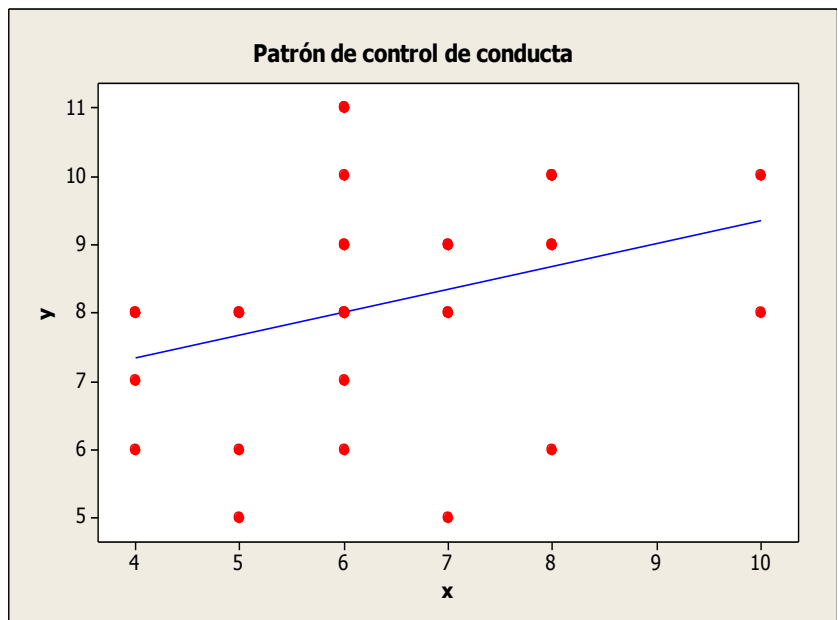


La correlación de 0,17 fue positiva baja, luego de aplicar la propuesta de intervención, el impacto fue leve en la resolución de problemas para fortalecer la funcionalidad familiar.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,33

Pre-test X	Post-test y
10	10
10	8
4	8
7	5
7	9
6	8
8	9
6	9
6	7
5	6
7	8
8	9
8	10
4	8
7	9
6	8
6	10
5	5
5	8
6	11
5	8
7	8
8	10
6	8
6	11
6	9
4	6
8	6
4	7
6	6



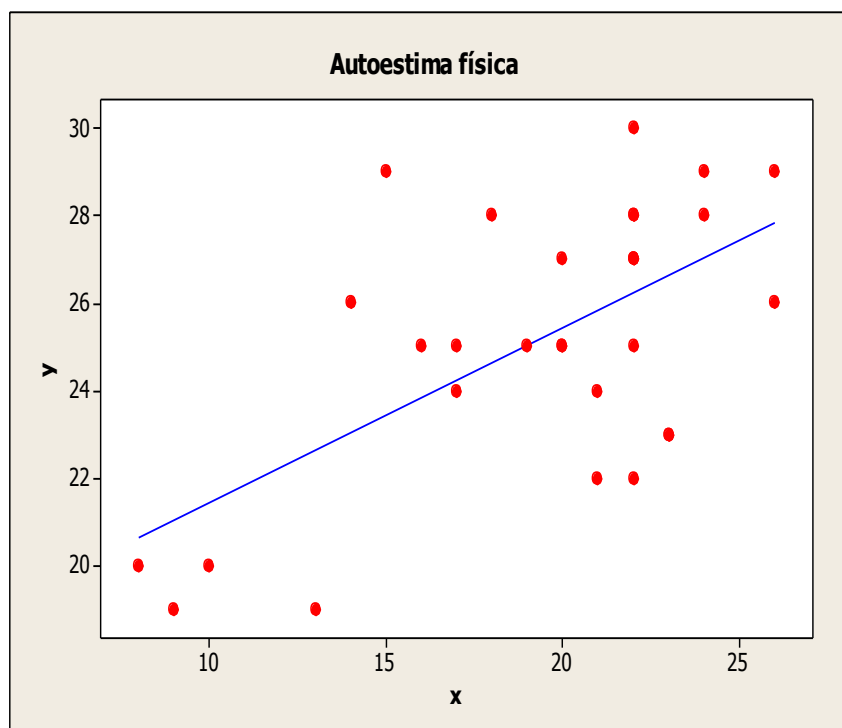
La correlación de 0,33 es positiva baja dando una intervención fructífera, fortaleciendo la funcionalidad familiar desde los patrones de control de conducta.

## Autoestima

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,61

Pre-test X	Post-test Y
22	28
17	25
19	25
22	28
22	25
24	28
14	26
15	29
22	27
20	25
9	19
22	30
22	27
10	20
20	25
20	27
13	19
16	25
17	24
21	22
22	22
23	23
24	29
26	26
21	24
22	27
8	20
23	23
26	29
18	28

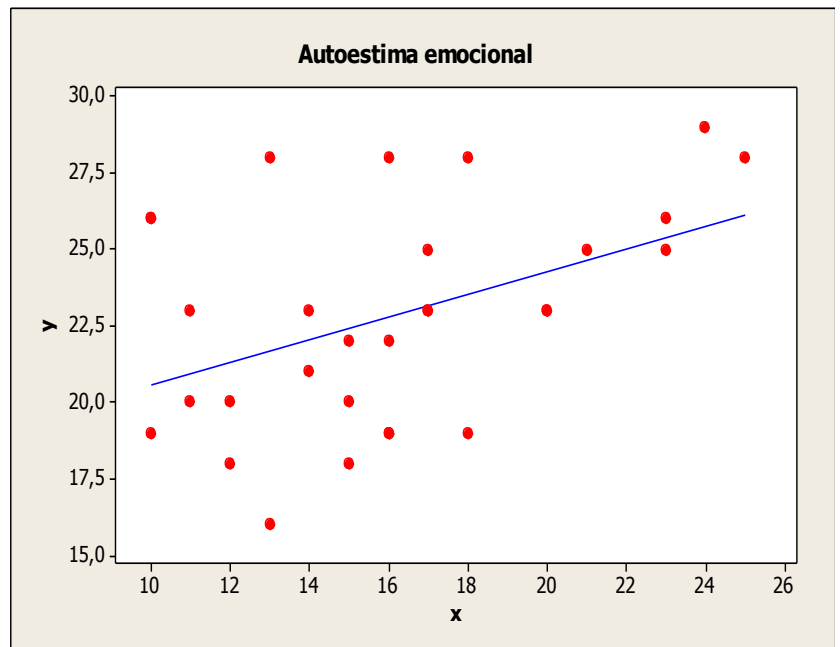


La correlación de 0,61 es positiva moderada, por lo tanto la propuesta de intervención educativa tuvo un mayor impacto en la autoestima física de los estudiantes intervenidos.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,44

Pre-test X	Post-test Y
15	18
16	19
11	20
15	20
24	29
25	28
20	23
14	21
23	25
12	20
10	19
21	25
17	23
20	23
13	28
17	23
12	18
18	19
10	26
17	25
16	22
11	23
23	26
16	19
14	23
10	26
18	28
13	16
16	28
15	22

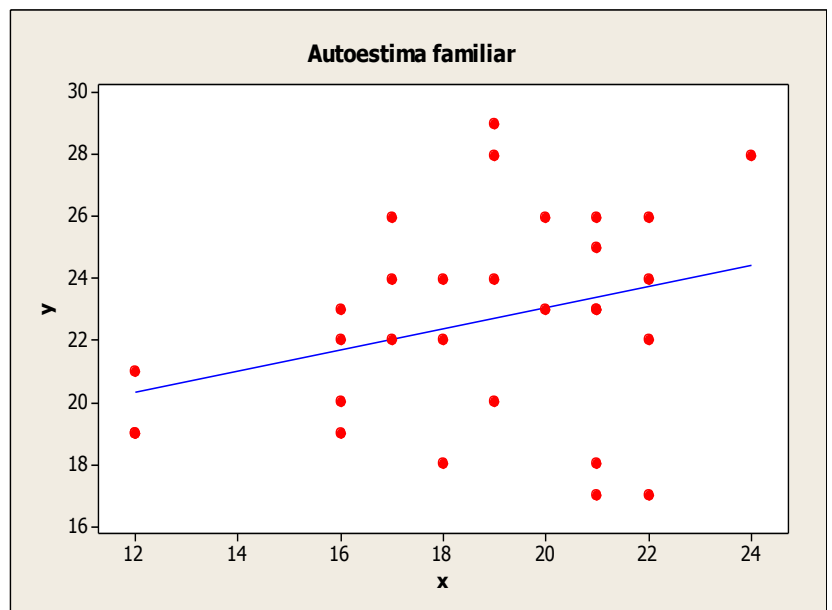


La correlación de 0,44 es positiva moderada, resultando efectiva la propuesta de intervención educativa, aumentando la autoestima emocional en los estudiantes de segundo año de bachillerato C, de la sección nocturna.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,31

Pre-test X	Post-test Y
17	24
16	20
17	22
22	22
22	26
16	22
16	23
19	28
18	22
16	19
24	28
17	26
22	24
18	18
21	23
18	24
12	19
20	23
21	23
22	17
19	20
21	26
21	18
12	19
19	29
20	26
12	21
21	25
21	17
19	24

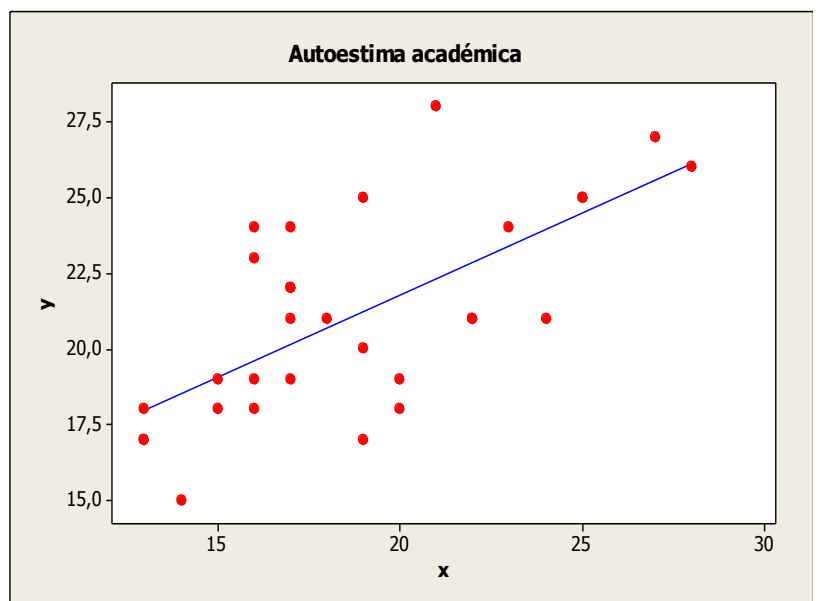


La correlación de 0,31 es positiva baja, la propuesta de intervención fue efectiva ya que aumento la autoestima familiar.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,67

Pre-test X	Post-test Y
22	21
27	27
14	15
25	25
19	25
25	25
15	18
18	21
24	21
17	24
13	18
13	17
20	19
17	19
19	20
20	18
15	19
17	22
21	28
17	22
22	21
16	23
16	18
16	24
19	17
17	21
13	17
16	19
23	24
28	26

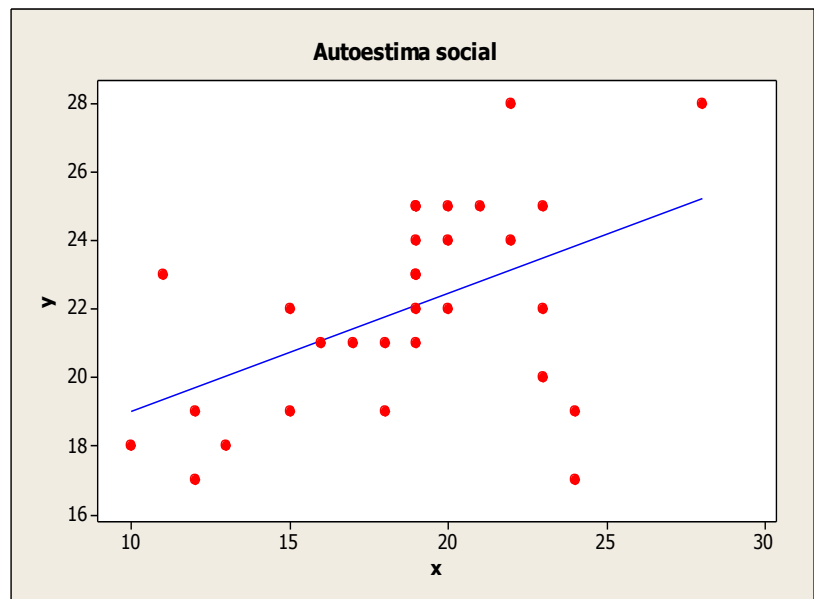


La correlación de 0,67 es positiva moderada, por lo tanto la intervención fue altamente productiva, aumentando la autoestima académica en los estudiantes antes mencionados.

### Correlación: x. y

Pearson correlación de x - y = 0,49

Pre-test X	Post-test Y
23	22
20	24
15	19
23	20
24	19
21	25
19	24
24	17
23	25
18	21
12	17
19	23
19	21
19	22
19	25
15	22
10	18
17	21
22	24
20	25
19	23
16	21
18	19
20	22
28	28
22	28
12	19
19	25
13	18
11	23



La correlación de 0,49 es positiva moderada, la variable y ha aumentado significativamente, puesto que la intervención aplicada ayudo a mejorar la autoestima social de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna.

## **g. DISCUSIÓN**

El análisis de la funcionalidad familiar y la autoestima es abordada desde la literatura de Garzón et al. (2007) afirma que “la familia compone el sistema medular de la humanidad quien se ha encargado de aglutinar los sueños de hombres y mujeres para vivir en felicidad y bienestar”. A si mismo García (1995) sostiene que “la familia es una institución perpetuada por la sociedad, pero difícilmente asumida por los miembros”, esto se debe a los grandes cambios que sufre la sociedad y la familia enfrenta muchos cambios que modifican su sentido y su funcionalidad que se supone perduran para sus integrantes al ser el núcleo básico que brinda estabilidad económica, social y especialmente afectivo como lugar de protección frente a las diferentes necesidades que la existencia cotidiana exige. La familia se constituye en un punto de apoyo, ayuda y unión, y el concepto de familia que posea el individuo será de acuerdo a la experiencia de vida familiar y su actuar será el espejo de cómo vive dentro de ella.

Al ser la familia el primer lugar donde el ser humano percibe a los demás y se integra a la sociedad, es aquí donde la persona encuentra la primera escuela de virtudes y valores; es por esta razón que las relaciones cercanas y afectuosas son necesidades fundamentales que deben ser satisfechas por los seres humanos. La capacidad de expresar lo que piensa, siente depende mucho de la forma como se configuren las relaciones intrafamiliares lo cual determina su vida de forma positiva o negativa y posteriormente con otras personas. Una familia funcional surge de un clima familiar abierto, sincero e igualitario lo que le permite al individuo identificarse con su núcleo familiar, sobre todo en la resolución de las diferentes situaciones que debe afrontar en su vida. Al no existir esta homogeneidad de padres a hijos y viceversa, se ve afectada su funcionalidad familiar, es por ello que los estudiantes manifiestan que existe disfuncionalidad familiar por el trabajo, separación, por consumo de alcohol, migración y divorcio, falta de comunicación e interés y sobre todo por la falta de afectividad. Lo que repercute en la



autoestima de los investigados debido que el 75 % presentaban dificultades para relacionarse con los demás, insatisfacción consigo mismo, desconfianza en sus capacidades, rechazo de su esquema corporal, lo que implica inseguridad y falta de confianza consigo mismos. Por esta razón se cree conveniente hacer una propuesta de intervención educativa a través de talleres que vayan dirigidos a fortalecer la funcionalidad familiar y mejore la autoestima de los estudiantes.

Los estudiantes viven disfuncionalidad familiar por que no reciben manifestaciones de cariño, ya sea una caricia, un beso; como familia no pueden conversar sobre diversos temas ya sea por temor o porque la comunicación entre padres e hijos se centra solo en intercambios negativos como: reproches, acusaciones, insultos, amenazas, órdenes, comparaciones, lo que acaba creando un ambiente tenso entre padres e hijos, además no colaboran en las actividades diarias como familia esto se da por la falta de límites, sobreprotección y el amalgamiento donde no existe respeto al individuo; como es de suponerse repercute en el bienestar emocional y psicológico del otro, puesto que cualquier actividad o conducta de cada uno de los miembros afecta a la calidad de las emociones individuales que están ligadas directamente a las percepciones particulares que la persona ha acumulado durante los eventos de su vida. Frente a esta realidad familiar los estudiantes manifiestan no estar satisfechos personalmente por lo que rechazan sus características, físicas, psicológicas y cognitivas, repercutiendo en el rendimiento académico, por percibir pocas posibilidades de éxito, al desconfiar de su aprendizaje y habilidades se siente limitado o simplemente hace un esfuerzo mínimo desequilibrando su estado emocional.

Por esta razón fue necesario teorizar las dificultades que atraviesa la familia, como lo explica el autor Hunt (2005) una familia disfuncional es “donde el comportamiento inadecuado o inmaduro de uno de los padres inhibe el crecimiento de la individualidad y la capacidad de relacionarse sanamente

los miembros de la familia” ya sea de forma emocional, psicológica y/o espiritual.

Una familia disfuncional se caracteriza por el factor padres según Hunt (2005) “el padre problema actúa siguiendo un comportamiento inmaduro, inadecuado o destructivo en deterioro de los otros miembros de la familia”, “padre pasivo permite que continúe el comportamiento inadecuado y no establece los límites en detrimento” (daño moral o material) en contra de los demás miembros de la familia; mientras que en el caso de los hijos “el hijo responsable es el héroe” que por medio de sus logros extraordinarios trata de resolver los problemas familiares y contribuir a una imagen más positiva de la familia. Este recibe atención positiva, pero a su vez “desarrolla conductas perfeccionistas y compulsivas”, “el hijo exageradamente rebelde es el chivo expiatorio que por medio del comportamiento rebelde e incontrolable desvía la atención de los problemas familiares hacia así mismo (a)”, por otro lado encontramos a “el hijo sensible y retraído es el hijo perdido, el que espera que ignorándolos desaparecerán los problemas y dificultades familiares; este clase de hijo (a) evita llamar la atención y a menudo es solitario y retraído”, de igual forma encontramos al hijo gracioso e insolente es el payaso el que utiliza el buen sentido del humor y sus gracias para desviar la atención de los problemas familiares, este a menudo es hiperactivo y busca ser el centro de atención”.

Al ser una familia disfuncional o caótica sus miembros están desconectados de su nexo, la familia está saturada de problemas, los padres son inconsistentes e indecisos, no hay comunicación, los hijos están abandonados emocionalmente; este tipo de familias viven en conflictos permanentes sin crear estrategias de superación a través de pautas y mecanismos de adaptación a las distintas dificultades en el crecimiento y desarrollo del ciclo evolutivo familiar, lo que obstaculiza la diferenciación y autonomía personal de sus miembros por no hablar, no sentir y no confiar en su núcleo familiar obedeciendo a estructuras familiares según Monroy (2004)

las familias rígidas en la que los padres no están preparados para cambiar sus normas establecidas en la infancia y se oponen sistemáticamente a los cambios inhibiéndoles el desarrollo de sus habilidades, toma de decisiones y de autosuficiencia; padres permisivos al perder la autoridad sobre sus hijos se dedican a culpar a terceros evitando que el hijo responda y resuelva los problemas que el mismo crea, las familias multiproblemáticas son carentes de estabilidad económica, laboral y emocional, familias en las que la ausencia física o emocional del padre o la madre, familias con una comunicación altamente distorsionada. Para los autores Buendía, Vidal, Riquelme & Ruiz (2004) sostiene que “una familia disfuncional puede disminuir la autoestima de los hijos, ser una amenaza para la integridad física y psicológica” lo que genera sentimientos de vulnerabilidad para todo el sistema familiar.

En el contexto familiar de familias multiproblemáticas se evidencian niveles bajos de autoestima. Por lo tanto Diner (2009) sostiene que cuando la autoestima es negativa “el ser humano no puede hallar aspectos de sí mismo que le hagan sentirse bien y que repercuten en su forma de pensar y actuar” lo que repercute en las áreas corporal, familiar, social y escolar; cabe recalcar que una persona con autoestima baja es insegura, limitada en sus capacidades y conocimientos o propenso a perder la paciencia lo que hace que se sienta inadecuado y por lo tanto tiene problemas para relacionarse con los demás; la baja autoestima es un factor de riesgo para caer en la depresión por carecer de valía, considerándose inferior e incompetente, el mismo que es propenso a conductas autodestructivas y a conflictos interpersonales lo que es difícil desarrollar la aceptación personal y un sano amor propio, falta de identidad lo que deja de lado las convicciones, creencias, valores y principios por intentar lograr reconociendo y aceptación por parte de los demás lo que dificulta conseguir el proyecto de vida, una baja autoestima empuja a buscar situaciones degradantes y a manipular a los demás o de mentirse a sí mismo.

Así mismo el autor Zuleta (2005) manifiesta que “una persona con baja autoestima se valora poco, se aísla por temor a relacionarse con los demás, no se siente orgullosa de sí misma, presentan despreocupación por los asuntos personales, no sacar tiempo para sí mismo o no hacerse respetar por los demás; cuyos pensamientos automáticos de los individuos con baja autoestima son no me siento capaz”, no valgo nada, nunca saldré adelante; este autor manifiesta que “el origen de la baja autoestima esta siempre en el pasado de la persona” lo que explica que de padres negligentes, poco afectuosos, o demasiado críticos y descalificadores llevan hacer sentir al niño que la persona a quien más admira lo desatiende, no le expresa su cariño o le maltrata debe ser porque él se lo merece, el individuo crece con esa convicción y a formarse una imagen distorsionada y pobre de si mismo, este pasado hace que la baja autoestima sea el resultado es el resultado de una serie de procesos psicológicos alterados. Por lo tanto la atención se centra en los defectos, los errores y las equivocaciones, estas personas no pueden ver nada positivo. Lo que repercute en lo cognitivo, afectivo y conductual por tener un autoconcepto erróneo y distorsionado.

Según Figueido (2008) una persona con baja autoestima se caracteriza por usar prejuicios, se siente acorralado, amenazado, se defiende constantemente y amenaza a los demás, dirige su vida a donde otros quieren que vaya, sintiéndose enojado, frustrado y agresivo, se empeña en permanecer estático, rígido en sus valores, tiene problemas para relacionarse con el sexo opuesto y si lo hace es en forma posesiva, destructiva, superficial y efímera, sus trabajos los ejecuta con insatisfacción, los deja incompletos, no desea mejorar, ni aprender, se disgusta así mismo y le desagradan los otros, se desprecia y humilla los demás, desconfía de si mismo y de los que lo rodean, se percibe como copia de los demás, y no acepta que ellos sean diferentes, no conoce sus sentimientos, los reprime o deforma, no acepta la expresión de los sentimientos de los demás, no toma decisiones, acepta la de los otros, culpándolos si algo sale mal, no acepta que comete errores, o se culpa y no aprende de ellos, no conoce sus

derechos y obligaciones ni necesidades por lo tanto no los defiende ni los desarrolla, diluye sus responsabilidades, no enfrenta su crecimiento y vive una vida mediocre, no se autoevalúa, necesita de la aprobación o desaprobación de los otros; emite juicios de otros, se deja llevar por sus instintos, su control está en manos de los demás, maneja su agresividad destructivamente.

Los niños, adolescentes y jóvenes con baja autoestima presentan algunas características como ser temerosos y tímidos, inseguros, egoístas, con bajo rendimiento académico, sumisos, imitadores, por lo que son más proclives a abandonar los estudios, unirse a pandillas o buscar consuelo en el alcohol. Dobson & Dobson (1982) señalan que “la baja autoestima es el elemento clave para que se desencadenen comportamientos como falta de motivación en los estudiantes, la baja del rendimiento el afán por la drogas y el alto nivel de ausentismo escolar”, la ausencia de iniciativa impide tomar decisiones propias por miedo al fracaso.

Cabe recalcar que la aplicación y valoración de la alternativa de acuerdo a los resultados del pre- test la mayoría de los estudiantes en niveles altos manifiestan disfuncionalidad familiar en involucramiento afectivo funcional con el 66,66%, con patrones de comunicación disfuncional el 53,33%; en el nivel medio existe involucramiento afectivo funcional con el 50% y en niveles bajos existe patrones de comunicación funcional con el 46,66%, resolución de problemas el 36,66% y patrones de control de conducta el 66,66%.

Mientras que en el pre- test de la autoestima en niveles altos se encuentra la autoestima social el 36,66%, en niveles medios se encuentra la autoestima académica el 40% y en niveles bajos esta la autoestima emocional el 46,66%, física el 43,33% y familiar el 43,33%. Después de haber aplicado la propuesta de intervención educativa a través de diferentes talleres, los resultados del pos-test aumentaron los niveles altos en: patrones de comunicación funcional con el 96,66%, resuelve sus problemas el 90%, en

niveles medios mejoró el involucramiento afectivo funcional con el 73,33% y bajo los patrones de comunicación disfuncional el 83,33%. Referente a la autoestima en el nivel alto está la autoestima física el 66,66%, y al nivel medio la autoestima emocional el 70% y académica 63,33%, social y familiar el 56,66% respectivamente.

La propuesta de intervención educativa aplicada aporta beneficios en los estudiantes participantes. Una vez más queda demostrado la manera en cómo la propuesta de intervención educativa contribuyó al fortalecimiento de la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato. A través del coeficiente de correlación lineal de la  $r$  de Pearson se evidenció que la propuesta fue efectiva dando como resultado la valoración de 0.99 lo que significa que tiene una correlación fuertemente positiva en involucramiento afectivo funcional y 0.67 es positivo en autoestima académica.

## **h. CONCLUSIONES**

Luego de haber analizado los resultados de la investigación se concluye que:

- De los resultados del pre-test en funcionalidad familiar, se concluye que existe involucramiento afectivo disfuncional y patrones de comunicación disfuncional en alto nivel, bajo nivel en la resolución de problemas y patrones de control de conducta.
- En el mayor porcentaje de las familias de los investigados existe disfuncionalidad familiar no conversan en familia, no reciben afecto ni existe colaboración en las actividades familiares. Así mismo la mayoría indica características de baja autoestima.
- Luego de la intervención en el pos-test se encuentra que la mayoría de los investigados subió a nivel alto en involucramiento afectivo funcional, mejoró los patrones de comunicación disfuncional, patrones de control de conducta y la posibilidad de resolver problemas.
- En los resultados del pre-test de la autoestima: la mayoría demuestra bajos niveles de autoestima familiar y emocional. Después de la intervención la autoestima mejoró en alto nivel física y en nivel medio la autoestima emocional y académica.
- En cuanto a la valoración de la efectividad de la propuesta concluye que: para la funcionalidad familiar fue una correlación positiva muy alta en el área de involucramiento afectivo funcional, fue moderada para la comunicación funcional y no tuvo mayor impacto en la resolución de problemas por alcanzar una correlación positiva baja.
- Para la autoestima existió una correlación positiva moderada en autoestima física, y en la académica, emocional y social una correlación positiva baja.

## **i. RECOMENDACIONES**

- Socializar con el del Departamento de Consejería Estudiantil y la coordinadora académica los resultados de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes, con el propósito de mejorar el bienestar personal y familiar, mismo que repercutirá en el rendimiento académico.
- Hacer uso de la alternativa aplicada y que es susceptible a cambios que realicen los interesados; para que el Departamento de Consejería Estudiantil continúe con los talleres y con ello reforzar la funcionalidad familiar en las familias de los estudiantes.
- A los futuros graduantes de la carrera de Psicología Educativa y Orientación continuar con la propuesta, aplicándola a toda la población y así fortalecer la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes.
- Al departamento de Consejería Estudiantil, se recomienda realizar un seguimiento posterior a la intervención, que permita evaluar el impacto que tuvo la propuesta en las relaciones familiares y autoestima de los estudiantes.



## **PROPUESTA ALTERNATIVA:**

### **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA.**

#### **Presentación**

Para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de la población investigada, se diseñará, aplicará y evaluará una propuesta educativa. Aclarando que no se logra de un día para otro, se necesita de una sistematización, de buscar vías adecuadas y atractivas para tales fines; de ahí que diseñar una propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes de segundo año de bachillerato páralo C de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna.

Existen diferentes tipologías de propuestas de intervención educativa. En este caso se elabora una propuesta educativa, la cual es considerada como: una modelación dinámica y flexible del pensamiento y la acción de la proponente de presente trabajo de investigación y de esta alternativa sobre la base a los intereses y necesidades acorde al perfil del psicólogo educativo con la aspiración en la formación que responda a exigencias sociales de una época histórica concreta, es la proyección de un sistema de acciones a corto, mediano y largo plazo que permite la transformación de los modos de actuación de los estudiantes “para alcanzar en un tiempo concreto los objetivos comprometidos con la formación, desarrollo y perfeccionamiento de sus facultades morales e intelectuales” de los sujetos de intervención. (Rodríguez del Castillo, 2004).

La intervención educativa reconocerá y conceptualizará distintas formas, ámbitos y modelos de intervención educativa como marco de referencia, en

la que se toma en cuenta las diferencias, valores que cada ser humano posee. Se necesita del educando y del educador.

Según el autor Bermejo (2004) sostiene que “Las intervenciones psicoeducativas implican un programa de actuación estructurado, orientado a objetivos más específicos” (p.55).

Siendo de vital importancia fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes, motivo por el cual se presenta a continuación una propuesta educativa centrada en el desarrollo personal del modelo de programas, propuesta que se efectuará en el segundo de bachillerato C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014.

### **Objetivo**

Implementar un taller que proporcione experiencias para mejorar la funcionalidad familiar e incrementar la autoestima de los estudiantes de segundo bachillerato C, sección nocturna de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014.

### **Desarrollo**

La intervención se desarrolló a través de la modalidad taller, el mismo que se realizó en ocho sesiones de dos periodos clase, una vez a la semana con una duración de setenta minutos por cada taller; cabe mencionar que previo a la aplicación de la propuesta y posterior a la misma, se aplicó como pre-test y post-test el cuestionario de funcionalidad familiar (EFF) y autoestima (AUT-AD) (anexos).

A continuación se describen cada una de las sesiones realizadas con los estudiantes, además se puede consultar más detalles en las matrices que se ubican en los anexos.

## SEMANA 1

**Tema:** presentación, aplicación del pre-test EFF y AUT-AD y ejercicios de sensibilización

**Objetivo:** dar a conocer la propuesta, evaluar la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes y crear un ambiente de confianza

- Saludo de bienvenida
- Aplicación del pre-test

## SEMANA 2

**Tema:** Conociendo a mi familia

**Objetivo:** Analizar la funcionalidad familiar para aceptarse y respetarse entre los miembros

- Saludo
  - Presentación
  - Agradecerles por su presencia
  - Acuerdos
  - Aplicación del pre-test
  - Motivación a través de diapositivas “disfruta tú café”
  - Comentar sobre la motivación
    - o Que les pareció la motivación
    - o Que mensaje nos deja
  - Disertación de la funcionalidad familiar
    - o Definición de familia
    - o Función de la familia
    - o Organización familiar
- Familia funcional

Familia disfuncional

- Estilos de crianza

## **DEFINICIÓN DE FAMILIA**

La familia es el pilar fundamental de la sociedad, en el que se forjan sentimientos, actitudes, intereses, sueños e ideales de cada uno de sus integrantes; Según Rodrigo y Palacios (citado por Martínez, 2009) define a la familia como la:

Unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se supone duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia ha dicho grupo, existe un compromiso personal entre todos sus miembros y se establecen extensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.

## **FUNCIÓN DE LA FAMILIA**

- Es un escenario donde se construyen personas adultas
- Es un escenario donde se aprende a afrontar retos, así como asumir responsabilidades
- Es un escenario de encuentro intergeneracional donde los adultos amplían
- Es una red de apoyo social para las diversas transiciones vitales

## **ORGANIZACIÓN FAMILIAR**

- Familia funcional

Reglas de una familia funcional

- Las reglas son congruentes, racionales, y se adaptan a las necesidades reales de la familia.

- Existe la expresión abierta de las necesidades básicas y de los afectos de los miembros.
- Las diferencias individuales, tanto en la forma de pensar y de actuar, como en las necesidades de cada uno de los miembros, pueden ser aceptadas.
- Los conflictos son vividos, únicamente como diferencia de opiniones entre los miembros, y no amenazan la estabilidad familiar.
- Tanto los conflictos como los acuerdos, se expresan de forma libre, abierta, y desde las emociones.
- Los mensajes verbales y no verbales son congruentes.
- Existen límites claros en los roles y en las manifestaciones emocionales de los miembros.
- Se promueve la individualidad y el respeto entre los integrantes.
- Los padres funcionan como un equipo junto a sus hijos, lo que promueve que se relacionen en términos de afecto y apoyo mutuo.
- Existe un proceso balanceado entre el proceso de dar y recibir, ya que es tan importante recibir del sistema familiar, como cuidar de él.
- La lealtad hacia el sistema es primordial.
- En una familia sana, cada miembro goza de su espacio-físico y psicológico-, y esta independencia nutre al sistema familiar.
- Familia disfuncional
  - Una familia disfuncional funciona de la siguiente manera:
  - El padre toxico es el origen de la disfuncionalidad
  - Las reglas se establecen a partir de los caprichos irracionales de los padres.
  - Se imponen reglas rígidas que no permiten ni la manifestación afectiva de sus miembros, ni la expresión de sus necesidades.
  - La paz se mantiene a expensas de la individualidad de cualquiera de sus miembros.
  - Se prohíbe la expresión abierta de las necesidades básicas y de los afectos de los miembros, pues es amenazante para el sistema.

- Al no existir el espacio físico y psicológico individual para cada uno de los miembros, se generan círculos viciosos donde no se permite la ayuda del exterior.

Los conflictos se perciben como un reto a la autoridad y como un riesgo a la estabilidad; por lo que se evitan, se niegan, se reprimen, y se esconden dentro y fuera del sistema. En estas familias, generalmente se vive y se actúa como “si no pasara nada”. Frecuentemente, uno de los esposos se somete al otro, lo cual alimenta en la familia, el miedo al abandono y a la poca valía del individuo. Con este ejemplo de los padres, los hijos aprenden a ser tiranos, o bien a someterse a los deseos de los demás.

- Hay incongruencia entre la comunicación verbal y no verbal, pues se presentan contradicciones constantes entre lo que se dice y el comportamiento de los miembros; particularmente de los padres.
- Los padres no actúan como un equipo, si no que generan alianzas entre sus hijos, provocando que estos se ataquen entre si. Esto promueve las relaciones agresivas, de competencia y de separación entre los hermanos.

Se aprende que no hay un balance en el proceso de dar y recibir dentro del sistema; lo que causa que los miembros aprendan a no sentirse merecedores de afecto y estabilidad por parte del medio, o a ser egoístas y centrados en sí mismos.

- **ESTILOS DE CRIANZA**

- o **Padres dominantes**

Son padres muy rígidos con las normas y poco afectuosos. Intentan imponer su criterio contando muy poco con las necesidades

emocionales del niño. Para estos padres lo importante es la disciplina y dominio para controlar la situación.

- **Padres negligentes**

Los padres negligentes tienden a carecer de apoyo afectivo hacia sus hijos como el control hacia ellos. Muestran una actitud indiferente o inmadura y atacan verbalmente al niño cuando se sienten presionados o molestos. Estos padres tienden a aislarse de sus hijos al recurrir en demasía de niñeras para dedicarse a sus propias actividades egoístas. Consideran al niño una molestia

- **Padres permisivos**

Los padres permisivos tienden a ser afectivos y comprensivos para con sus hijos, pero son débiles a la hora de fijar y hacer cumplir las reglas y las normas.

Una de las razones para que los padres sean demasiado permisivos es el temor interno que tienen hacer daño a sus hijos si son muy estrictos.

Lo positivo es que los padres dan mucha comprensión, transmite al niño confianza y una capacidad mayor para expresar lo que siente y piensa.

- **Padres democráticos**

Se caracterizan porque combinan el alto grado de control y de afectividad. Son padres que suelen poner límites a la conducta de los hijos, pero tienden a explicar y a razonar el porqué de las reglas. Escuchan las objeciones que ponen los hijos y cuando son

razonables no tiene ningún problema de ser tolerantes con las demandas de sus hijos.

- **Video el saxofón**

Tiempo 11 min

<http://www.youtube.com/watch?v=idAk2Qao0HY>

Sinopsis: trata de los problemas de las relaciones entre padres e hijos, los conflictos de identidad y afirmación social en la adolescencia, así como las dificultades de la comunicación entre padres e hijo. (Rotyer Villa).

- Socialización del video
- o De qué se trata el video
- o Qué características tiene una familia disfuncional
- oCuál escena les llamo más la atención
- Evaluación

### **SEMANA 3**

**Tema:** Comunicación familiar

**Objetivo:** Analizar la importancia de la comunicación familiar para aplicar estrategias de comunicación y fortalecer los patrones de comunicación

- Dinámica “el teléfono dañado”
- Disertación la comunicación familiar
- Video “Problemas en familia”
- Reflexionar acerca de la dinámica familiar desde la experiencia personal
- Escuchar la canción “No basta” de Franco de Vita
- socializar ¿cuál es la frase que más les gusto de la canción? “No basta”
- evaluación



## **Desarrollo del taller**

- **Dinámica** “el teléfono dañado”

“La buena comunicación es tan estimulante como el café negro, e igual de difícil de olvidar al dormir” (Anne Morrow Lindbergh)

**Objetivo:** Objetivizar la información a través de la observación de su distorsión desde su fuente original hasta su destino final

**Tiempo:** 10 min

**Lugar:** Aula normal clases

- La tallerista indicara una frase a un estudiante y este deberá leerla en silencio y decirle al siguiente compañero y este a su vez al que sigue.

## **♣ COMUNICACIÓN FAMILIAR**

La comunicación es el intercambio verbal o no verbal de mensajes o información entre personas, la misma que incluye dos habilidades fundamentales que son susceptibles de adquirirse a través de la práctica: la de expresar y la de escuchar citado por Durán (Llavona & Méndez, 2012).

- El diálogo entre padres a hijos constituye una herramienta de gran utilidad como medio para resolver conflictos
- A menudo la comunicación con los hijos se centra solo en intercambios negativos como reproches o acusaciones (cuantas veces tengo que decírtelo), insultos (pareces idiota), amenazas (si llegas tarde no entras en casa), ordenes (hazlo porque lo digo yo), comparaciones (tu hermano siempre se comportó mejor que tú) o predicciones (como sigas así, vas a ser un fracasado). Una comunicación basada únicamente en

intercambios negativos acaba creando un ambiente enrarecido entre padres a hijos que, a la postre a lugar a situaciones de tensión y estrés individual y familiar

## ♣ ESTILOS DE COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

Según la UNICEF (2003) los estilos de comunicación son el modo en que las personas nos intercambiamos información. El conjunto de elementos, verbales, gestuales y corporales que utilizamos, conforma un estilo específico de comunicación.

- **El estilo Inhibido o Pasivo**, se caracteriza por una escasa o nula verbalización de lo que se piensa, de lo que se siente o de los comportamientos que nos molestan de los demás, evitando actuar por miedo a las consecuencias. La mirada de la persona siempre es hacia abajo, voz baja, vacilaciones, negar o quitar importancia a la situación y postura hundida.
- **Estilo agresivo**, el afrontamiento de las situaciones es directo, brusco y poco respetuoso, provocando malestar emocional en los interlocutores y deteriorando la relación con ellos. Se manifiesta con actitudes agresivas en la comunicación la voz alta, los gestos de amenaza, las descalificaciones, los insultos y las desconsideraciones.

El lenguaje suele ser impositivo, cargado de órdenes e interrupciones en el discurso de los demás, con elevado volumen de voz, gestos amenazantes y postura corporal tendente a invadir el espacio de la otra persona. La comunicación es unidireccional padres-hijos, y la ausencia de diálogo es la práctica habitual.

- **Asertivo**, implica expresar lo que se quiere, lo que se desea, y lo que se espera del otro, de modo directo, claro y respetuoso.

Cuando utilizamos este estilo de comunicación con los hijos y les hace partícipes de lo que pensamos, de cómo nos sentimos, o de cómo nos gustaría que se comportaran, de un modo claro y respetuoso, estamos contribuyendo a mejorar su autoconcepto, a elevar su autoestima y a establecer una relación más cercana con ellos. La comunicación es abierta y bidireccional padres/hijos, con frecuentes negociaciones y consecución de acuerdos

### ♣ **REPERCUSIÓN DEL ESTILO COMUNICATIVO EN LOS HIJOS**

Influencia de cada estilo comunicativo en el comportamiento y carácter de los hijos.

- **Los hijos de padres autoritarios:** Tienden a ser obedientes, ordenados, poco agresivos, más tímidos, poco tenaces a la hora de perseguir metas. Su interiorización de los valores morales es pobre, orientándose más a los premios y castigos que hacia el significado intrínseco del comportamiento.
- **Los hijos de padres autoritarios** manifiestan pocas expresiones de afecto con los iguales, siendo poco espontáneos, llegando incluso a tener problemas en establecer relaciones. El “lugar de control” externo potencia la baja autoestima y dependencia, manifestando poca alegría, se muestran coléricos, aprensivos, infelices, fácilmente irritables, y vulnerables a las tentaciones.
- **Los hijos de padres permisivos** (sobreprotectores y ausentes): Suelen tener problemas para controlar sus impulsos, y dificultades para asumir responsabilidades. Son inmaduros y sus niveles de autoestima generalmente son bajos, aunque tienden a ser más alegres y vitales.
- **Los hijos de padres asertivos:** Tienden a tener niveles altos de autocontrol y de autoestima, y se muestran más capaces al afrontar

situaciones nuevas con confianza. Son persistentes en las tareas que inician. Son interactivos y hábiles en las relaciones con los iguales, independientes y cariñosos.

#### ♣ **BENEFICIOS DE UNA COMUNICACIÓN POSITIVA**

- Los padres se deben comunicar con sus hijos utilizando mensajes claros, debe existir congruencia y acuerdo con los mensajes que van a transmitir.
- Tampoco es aconsejable que el padre y la madre se desautoricen mutuamente delante de sus hijos.
- no es necesario aumentar el tono de voz en las discusiones, si no ser firmes en los argumentos y expresarse manteniendo los propios criterios pero escuchando los de los demás.
- La negociación es fundamental para resolver los conflictos, adoptando una posición positiva del problema, escuchar y ponerse en lugar del otro, reconociendo sus argumentos, emociones y sentimientos y expresando los suyos así como sus alternativas y posibles soluciones.
- Se debe evitar culpabilizar a los demás, asumir la responsabilidad.
- Se deben evitar los insultos, se debe disculpar y admitir errores.
- La comunicación positiva fomenta:
  - Compartir gustos, aficiones y pasatiempos.
  - Compartir experiencias
  - Valorar lo que nos cuenten
  - Hablar con serenidad
  - Escuchar con atención
  - Restar importancia a las diferencias en asuntos opinables
  - Estar disponible al diálogo
  - Permitir la libertad de expresión de los demás
  - Poner buena cara ante lo adverso
  - Hacer borrón y cuenta nueva ante un posible disgusto
  - Saber ser oportuno

- Hacer las correcciones de los hijos a solas
- Infundir y manifestar confianza en los demás
- Guardar el respeto a cada uno de los de la casa
- Mantener delicadeza en el trato
- Dar credibilidad a las palabras de los demás
- Ser siempre sinceros
- Dar gracias y pedir <<por favor>>
- Ser transigentes en los asuntos sin importancia

♣ **Video:** “Problemas en familia”

<http://www.youtube.com/watch?v=beC7Fh1ri3k>

Sinopsis: el video trata las dificultades de comunicación que viven las familias actualmente. Cortometraje realizado por los jóvenes de la iglesia Pentecostal de Chile,

Tiempo: 8 min

- ♣ Reflexionar acerca de la dinámica familiar desde la experiencia personal
- ♣ Escuchar la canción “no basta” de Franco de Vita  
<http://www.youtube.com/watch?v=nvRUc3aCbtY>
- Tiempo 5min
- ♣ Socializar ¿cuál es la frase que más les gusta de la canción? “No basta”

## SEMANA 4

**Tema:** Conflictos familiares

**Objetivo:** Saber identificar la fortalezas y debilidades que tiene su familia para saber resolver problemas acertadamente

- Dinámica “orden en el banco”

- Película los siete momentos más difíciles de la vida de una pareja
- Comentar sobre la película
- Elaborar una carta para la familia en el que mencionen las fortalezas y debilidades que tiene como familia y subrayar lo que le agradece a su familia
- evaluación

### **Desarrollo del taller**

- **Dinámica** “orden en el banco”

Se debe señalar en el piso dos líneas paralelas de 20 centímetros. Se le invita al grupo a ubicarse dentro de las líneas, se les explica que el objetivo es ubicarse por orden de estatura, sin salirse de las líneas.

**Objetivo:** mediante el desplazamiento sentir el apoyo del grupo y su proximidad.

**Tiempo:** 10 min

**Lugar:** Aula normal clases

- **Dramatización**

Se forma 5 grupos de siete personas

Cada grupo debe representar la vivencia de una familia

Socializar la experiencia

Tiempo: 25 min

Lugar: Aula normal clases

- **Película:**” los seis momentos más difíciles de la vida de una pareja”  
<http://www.youtube.com/watch?v=kPV8U7712VU>

Sinopsis: hay momentos en la vida de una pareja que ambos tiene que replantear su vida. Ya que una familia recién planteada tendrá que atravesar, como en un cuento de hadas incontables transiciones como: el desprendimiento, encuentro, hijos, adolescencia, re-encuentro y vejez.

**Tiempo:** 17 min

- **Comentar sobre el video:** los siete momentos más difíciles de la vida de una pareja
  
- **Elaborar una carta** para la familia en el que mencionen las fortalezas y debilidades que tiene como familia y subrayar lo que le agradece a su familia
  
- **Evaluación**

## **SEMANA 5**

**Tema:** Conócete a ti mismo

**Objetivo:** Aprender a valorarse como persona y como miembro de una familia y mejorara las relaciones sociales

- Dinámica “el espejo mágico ”
- Disertación y video conócete a ti mismo
- Técnica el autorretrato

### **Desarrollo del taller**

- **Dinámica** “el espejo mágico ”

Se reúne a los estudiantes y se les dice que el regalo más maravilloso del mundo está dentro de la caja. Se les deja que sacudan la caja y adivinen qué puede ser.

Después se desata la caja y se pasea por el aula para que cada estudiante pueda mirarla. La tallerista les pide que mantengan en secreto lo que han visto hasta que todos hayan tenido su turno para mirar.

Finalmente se les pregunta por qué ellos son la cosa más maravillosa del mundo.

**Tiempo:** 10 min

**Objetivo:** autoafirmarse

**Lugar:** Aula normal de clases

- **Disertación y video** conócete a ti mismo  
<http://www.youtube.com/watch?v=cyTzQ1ceNco>
  
- **Video** “quien eres” de Jorge Bucay  
<http://www.youtube.com/watch?v=MZJgWpi88Y8>

Sinopsis: el video inspira conciencia para conocerse uno mismo y darse cuenta de que todo lo que necesita está dentro de uno mismo.

**Tiempo:** 10 min

- **Técnica el autorretrato**

Se invita a cada participante a tomar una hoja en blanco, y dibujarse. En la cual se pretende mostrar la semejanza, personalidad e incluso el estado de ánimo de la persona. El dibujo debe ocupar gran parte de la hoja y posteriormente escribirán en la parte que se les indique:



- Frente a la cabeza se escribe tres ideas que no se dejará quitar por ningún motivo
- Frente a la boca, escribe tres expresiones de las que ha tenido que arrepentirse en su vida
- Frente a los ojos, escribe cuáles son las cosas que ha visto y que más le han impresionado
- Frente al corazón, cuáles son los tres amores que nadie le arrancará
- Frente a las manos, qué acciones buenas imborrables ha realizado en su vida.
- Frente a los pies, cuáles han sido las peores “metidas de pata” que ha tenido.

Compartir lo que han escrito

**Tiempo:** 20 min

## **TIPOS DE AUTOESTIMA**

Para conocer en el nivel de autoestima que nos encontramos es necesario conocer las características que describen una baja o alta autoestima

El autor François (2009) fundamenta cuatro grandes tipos de autoestima correlacionando el nivel y la estabilidad de la autoestima lo que permite comprender el conjunto de reacciones:

### **LOS DOS PERFILES DE UNA AUTOESTIMA**

#### **❖ Alta y estable**

Las circunstancias “exteriores” y los acontecimientos “normales” tienen poca influencia sobre la autoestima del sujeto. Este no consagra mucho tiempo ni energía a la defensa o promoción de su imagen.

Los estados de ánimo del sujeto con autoestima alta y estable son mucho más atemperados y positivos que los de su homólogo inestable.

#### ❖ **Alta e inestable**

Aunque elevada, la autoestima de estos sujetos puede sufrir importantes altibajos, especialmente cuando se hallan en un contexto competitivo o desestabilizador. Reaccionan entonces con vigor ante la crítica y el fracaso, percibiéndolos como otras tantas amenazas, y practican el auto-promoción poniendo de relieve sus éxitos o cualidades de un modo excesivo. Los individuos emocionalmente estables, que no se desconciertan fácilmente ante la adversidad y que mantienen cierta coherencia en sus palabras y su conducta, sea el contexto favorable o desfavorable.

Por otra parte los sujetos más vulnerables, que se sienten fácilmente agredidos y cuestionados cuando se encuentran en contextos hostiles o sencillamente críticos. Ambos perfiles no se diferencian demasiado. Pero la separación aparece y aumenta cuando el entorno cambia: la competición, el cuestionamiento, el fracaso son desestabilizadores para la autoestima. (p.69).

Este autor demuestra la diferencia de una autoestima alta y estable pero que pueden fluctuar por el contexto donde se desenvuelve el sujeto.

En la bibliografía del autor Albaladejo (2011) argumenta las características de los tipos de autoestima que distinguen a una persona: (p.25)

#### **Autoestima alta**

##### **Autoestima alta sana**

Es sana propia de personas que gozan de su sabiduría emocional:

- La persona vive poniendo en práctica una forma de relación asertiva: tanto tú como yo somos importantes
- Vive de acuerdo a valores que se consideran “saludables” para la persona y para los que con ella se relacionan: bondad, generosidad, solidaridad, cooperación, amabilidad, etc.
- Existe generalmente coherencia entre lo que la persona piensa, dice y hace
- Busca construir nunca destruir. Por lo tanto las críticas que se hace así misma o a los demás están basadas en el respeto y en la posibilidad de cambio que todo ser humano tiene
- Favorece el desarrollo de una autoestima sana en los demás, actuando en muchas ocasiones como modelo. “modela la conducta de los demás.
- Busca ganar “con”. No pretende dejar sentimientos de perdedores en los demás a costa del sentimiento de persona ganadora o de éxito
- Acepta a los demás como son, buscando la mejora de aquellos aspectos que no le gustan a través del dialogo y del encuentro.
- Vive y se relaciona con autenticidad, dejando de lado las máscaras y no funcionando movida por el “qué dirán”. Para ella es más importante “ser” que “tener”.
- Reconoce y acepta sus errores tratando, al mismo tiempo de aprender de ellos. (p.26)

Una persona con autoestima alta siempre estará guiada por el deseo de no dañar la dignidad de la otra persona, busca edificar desde el lugar de donde este y como este, es auténtica.

### **Autoestima alta enferma**

Es propia de las personas altamente egoístas, orgullosas y fanfarronas:

- La persona vive poniendo en práctica una forma de relación que responde a lo siguiente: solo yo soy importante, te tengo en cuenta en la medida que me interesas o que puedo obtener de ti algo que necesito.

- Vive de acuerdo a valores que se consideran insanos para la persona y para los que con ella se relacionan: egoísmo, maldad, destrucción, mentira, envidia, etc.
- Busca destruir a la persona que percibe como competidora. Utiliza la crítica destructiva con la finalidad de ganar
- Rebaja la autoestima de los demás a costa de hacer valer la propia.
- Desea que haya perdedores y trata de que sus acciones conduzcan a que otros se identifiquen como tales.
- Actúa de forma incoherente: piensa y dice cosas bastante distintas a las que hace
- No acepta a los demás como son, trata de hacer patente lo que no le gusta de ellos, incide en la descalificación y en la crítica destructiva de lo que no le agrada de los otros.
- Fomenta el rencor, el resentimiento la envidia
- Utiliza una máscara para aparentar lo que no es. Para esta persona es más importante “tener” que “ser”.
- Utiliza a los demás en su propio beneficio y nunca hace nada totalmente de forma desinteresada.
- No reconoce ni acepta sus errores, siendo muy permisiva con ella, y muy crítica con los errores y fallos de los demás.
- Son personas totalmente autosuficientes, que consideran que no necesitan a los demás más que para lograr sus metas y aumentar su ego a través del poder, del éxito social o del beneficio económico.

Este tipo de personas actúan movidos por sus intereses, y no les importa a quien vayan dejando en el camino con tal de satisfacer sus caprichos, les falta el sentido de pertenencia y amor propio. (P.27-28).

### **Autoestima baja**

Propia de personas que se minusvaloran, no se aceptan, no se quieren y son conscientes de la gravedad de su situación, no registrándose con ella y luchando por cambiarla. (p. 29-30)

### **Autoestima baja sana**

- La persona con muchas dificultades debido a su sentimiento de minusvalía, trata de poner en práctica una forma de relación asertiva: tanto tú como yo somos importantes
- Reconoce y acepta la situación en la que se encuentra, trabajando por mejorarla para sentirse bien consigo misma y con los demás.
- Se reconoce como persona limitada, imperfecta pero que no se resigna ante la situación. Trata de mejorar todo lo que aprecia como limitaciones, errores o imperfecciones en su vida.
- Considera que merece gozar de momentos felices, como todo ser humano, y trabaja para que estos formen parte de su vida
- Se preocupa y trabaja por los demás, pues intuye que la alegría el gozo y la felicidad, o se lo comparten o no son lo que parecen.
- No se conforma socialmente, adoptando posturas que dejan de lado unos principios éticos y morales en los que cree.
- Se pone en acción para abandonar las máscaras y vivir progresivamente de forma más auténtica.
- Como conoce el sufrimiento que lleva aparejada muestra una baja autoestima, se muestra sensible al nivel de autoestima de los demás y nunca trata de machacar a personas en las que percibe dolor e incapacidad ante situaciones de provocación, anulación o desprecio.

### **Autoestima baja enferma**

Es propia de personas que se minusvaloran, no se aceptan, no se quieren y no son conscientes o no quieren ser conscientes de la gravedad de su situación

- La persona se muestra pasiva y cohibida, viviendo en la práctica una forma de relación en la que expresa a los demás lo siguiente: solo tú eres importante, hare lo que sea con tal de ganar tú aprecio, tú consideración y tú amistad.

- Se resignan ante una situación y no trabajan sanamente por salir de ella
- Se tratan mal, no cuidan su salud física ni tampoco la psíquica
- Abundan en estas personas las ideas no realistas: “soy una persona mala”, “no merezco que me quieran”, “no soy capaz de hacerlo bien”, parezco tonta/o, etc.
- Generalmente se quedan con el lado negativo, piensan que se merecen todo lo malo que les sucede
- Adoptan una actitud pasiva en las relaciones sociales, dejando a los demás que se sitúen por encima de ellos, que les ganen espacios, que se aprovechen de su falta de respuesta. No se sienten capaces de defender sus derechos de forma asertiva.
- Viven como si el mundo les debiera algo, como si ellas por si mismas no tuvieran posibilidad alguna de mejorar la situación a la que han llegado. (p.31)

Una persona con baja autoestima es limitada para interactuar con su medio, porque no puede dar de lo que no tiene.

## **SEMANA 6**

**Tema:** Mi Autoestima, ¿Quién soy yo?

**Objetivo:** Reforzar el autoconocimiento para fortalecer la autoestima emocional

### **Desarrollo del taller**

- Video de reflexión “hoy es un buen día para empezar” de Ricardo Arjona
- Hacer grupos de trabajo

- Hacer un collage con las características de una persona con autoestima baja y alta
- Comentar sobre las actividades
- **Canción** “hoy es un buen día para empezar” de Ricardo Arjona  
<http://www.youtube.com/watch?v=VCjUcZnrHI>
- Video de reflexión “hoy es un buen día para empezar” de Ricardo Arjona
- disertación tipos de autoestima
- en grupos de trabajo un collage con las características de una persona con autoestima baja y alta

## **SEMANA 7**

**Tema:** Autoestima y limitaciones

**Objetivo:** reconocer las cualidades personales para desarrollar la habilidad de la propia aceptación frente a las limitaciones personales, familiares, sociales y académicas.

- Motivación “se feliz”
- Video historias reales
- Evaluar el proceso realizado con los estudiantes
- Concluir y resaltar los logros alcanzados
- Clausura- refrigerio

### **Desarrollo del taller**

- Motivación presentación “se feliz”

Tiempo: 10 min

- Video historias reales  
[http://www.youtube.com/watch?v=0L-08mCq3\\_M](http://www.youtube.com/watch?v=0L-08mCq3_M)

Sinapsis las historias reales son testimonios de vida, para demostrar al mundo que no hay limitaciones y que las mismas solo están en nuestra mente.

Tiempo: 10 min

- Comentar sobre el video
- Se trabajó con las siguientes tablas sobre la autoestima



Según Enrique Rojas (2001) la autoestima consiste en valorar y conocer lo que a uno /a es y lo que puede llegar a ser.

<b>Concepto clave</b>	<b>Análisis/ desarrollo</b>	<b>Conclusión</b>
Juicio personal	Comprender el haber y el debe, los aspectos positivos y negativos, lo ya conseguido y lo que queda por alcanzar.	El análisis debe culminar con una <b>AFIRMACIÓN POSITIVA</b> que le de valor a las ganancias sobre las pérdidas.
La aceptación de uno mismo	Se alcanza un estado de paz relativa: uno se acepta a pesar de las limitaciones, los errores, las frustraciones (expectativas no cumplidas)	Uno está de acuerdo con su persona cuando asume las aptitudes y las limitaciones
El aspecto físico	Comprende la morfología corporal (belleza, estatura) y las características fisiológicas (enfermedades físicas, congénitas)	Hay que integrar el aspecto físico a la aceptación de nuestra personalidad
El patrimonio psicológico	Involucra la conformación de un estilo personal integrado por: los pensamientos, la inteligencia, la conciencia, la fuerza de voluntad, el lenguaje verbal y no verbal, la interpretación de la vida, etc.	La personalidad debe ser percibida como positiva en su totalidad
El entorno socio-cultural	Es el ámbito donde se desarrollan los recursos para la culminación interpersonal y lo que de ella se deriva	Tener relaciones sociales saludables es indicativo de una autoestima buena
El trabajo	Es importante la identificación con el trabajo que se realiza y que se realice con compromiso, amor y dedicación	El trabajo debe ser fuente de satisfacción personal, tanto por el trabajo en sí o por las ventajas que el trabajo nos proporciona
Evitar la envidia o compararse con los demás	Compararse con los demás es cotejar superficies, no profundidades y si la interpretación de la vida del otro nos agrada entonces se debe transformar en referente a emular	Tener un proyecto de vida propio y satisfactorio es que realiza la confianza en uno mismo
Desarrollar la empatía	Es importante la mirada comprensiva, indulgente y tolerante hacia la propia persona y hacia los demás	Un signo de madurez es la capacidad para saber perdonarse y perdonar a quienes nos rodean
Hacer algo positivo por los demás	El acto de entrega hacia los demás, de dar algo por propia voluntad que el otro necesita, es motivo de cierta armonía interior	La entrega hacia los demás, mezcla de generosidad y de satisfacción personal, es otro indicador de buena autoestima cuando no implica un auto sacrificio o anulación personal

François (2009), propone los rostros cotidianos de la autoestima al manifestar que la autoestima es como nos vemos y si nos gusta o no lo que vemos lo que es vital para nuestro equilibrio psicológico.

<b>TÉRMINO</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>INTERÉS DEL CONCEPTO</b>
Tener confianza en si mismo	Creer en la propias capacidades para actuar eficazmente (anticipación de la acción)	Subraya la importancia de las relaciones entre la acción y la autoestima
Estar contento (a), satisfecho (a) de sí mismo (a)	Satisfacer con los propios actos (evaluación de la acción)	Sin autoestima, ni siquiera los éxitos se ven como tales
Estar seguro de uno mismo (1)	Tomar decisiones, perseverar en la propia opción	Recuerda que una buena autoestima se asocia, a una estabilidad de decisiones
Estar seguro de uno mismo (2)	No dudar de las propias competencias y puntos fuertes, sea cual sea el contexto.	Una buena autoestima permite expresar lo que se es en cualquier circunstancia
Amor a uno mismo	Ser benevolente con uno mismo, sentirse satisfecho de si	Recuerda el componente afectivo de la autoestima
Amor propio	Tener un sentimiento muy (demasiado) de su dignidad	La autoestima sufre sobre todo por las criticas
Autoconocimiento	Poder describirse y analizarse de modo preciso	Es importante saber quién se es para estimarse
Autoafirmación	Defender los propios puntos de vista e intereses ante los demás	La autoestima necesita a veces, defender su territorio
Autoaceptación	Integrar las cualidades y defectos para llegar a una imagen globalmente buena (o aceptable) de sí mismo	Tener defectos no impide una buena autoestima
Creer en sí mismo	Soportar las travesías del desierto, sin éxito o refuerzos para alimentar la autoestima	A veces la autoestima no se alimenta de éxitos si no de una convicciones y de una visión de si misma
Tener una buena idea de uno mismo	Estar convencidos de que se puede acceder a objetivos elevados	Ambición y autoestima suelen estar estrechamente vinculados
Estar orgulloso de sí mismo	Aumentar el sentimiento del valor personal a consecuencia de un éxito	La autoestima necesita ser alimentada con éxito

- Evaluar el proceso realizado con los estudiantes
- Concluir y resaltar los logros alcanzados
- Clausura - refrigerio

# EVALUACIÓN

## SEÑORES ESTUDIANTES

Le solicito conteste las siguientes preguntas referentes al taller impartido. Su opinión es importante

1. Cómo considera el contenido impartido en este taller.
  - a. De mucha utilidad para la práctica
  - b. De poca utilidad para la práctica
  - c. Sin utilidad para la práctica
  
2. El ambiente de trabajo del taller fue:
  - a. Agradable
  - b. Poco agradable
  - c. Nada agradable
  
3. La actitud de las Conferencistas ha sido:
  - a. Apropiaada
  - b. Poco apropiada
  - c. Inapropiada

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

## SEMANA 8

**Tema:** aplicación del postes-test EFF y AUT-AD

**Objetivo:** evaluar la funcionalidad familiar y autoestima

- Saludo
- Motivación “se feliz”
- Aplicación de retest
- Despedida
- Agradecimiento

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Semana 1	Presentación, aplicación del pre-test EFF y AUT-AD y ejercicio de sensibilización	Evaluar la funcionalidad familiar y autoestima de los estudiantes y crear un ambiente de confianza	- Saludo de bienvenida - Aplicación del pre-tests - Motivación: "disfruta tú café" - Comentar sobre la motivación	Conversatorio	- Estudiantes - Orientadora - Hojas impresas - Infocus - Computadora - Tiza líquida - Pizarra	70 minutos

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Semana 2	Conociendo a mi familia	Analizar la funcionalidad familiar para aceptarse y respetarse entre los miembros	<ul style="list-style-type: none"><li>- Saludo de bienvenida</li><li>- Aplicación del pre-tests</li><li>- Motivación: "disfruta tú café"</li><li>- Comentar sobre la motivación</li><li>- Explicar la funcionalidad familiar</li><li>- Video el saxofón Socialización</li><li>- Evaluación escrita</li></ul>	Taller	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estudiantes</li><li>- Orientadora</li><li>- Hojas impresas</li><li>- Infocus</li><li>- Computadora</li><li>- Tiza liquida</li><li>- Pizarra</li></ul>	70 minutos

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

SEMANA	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGÍA	RECURSOS	TIEMPO
Semana 3	Comunicación familiar	Analizar la importancia de la comunicación familiar para aplicar estrategias de comunicación y fortalecer los patrones de comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámica "el teléfono dañado"</li> <li>- Disertar la comunicación familiar y el afecto</li> <li>- Reflexionar acerca de la dinámica familiar desde la experiencia personal, socializar posteriormente</li> <li>- Escuchar la canción "no basta" de Franco de Vita</li> <li>- evaluación</li> </ul>	Taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes</li> <li>- Orientadora</li> <li>- Hojas impresas</li> <li>- Infocus</li> <li>- Computadora</li> <li>- Tiza líquida</li> <li>- Pizarra</li> </ul>	70 minutos

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Semana 4	Conflictos familiares	Saber identificar la fortalezas y debilidades que tiene su familia para saber resolver problemas acertadamente	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dinámica "orden en el banco"</li><li>- Película los siete momentos más difíciles de la vida de una pareja</li><li>- Comentar sobre la película.</li><li>- Elaborar una carta para la familia en el que mencionen las fortalezas y debilidades que tiene como familia y subrayar lo que le agradece a su familia</li><li>- evaluación</li></ul>	Taller	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estudiantes</li><li>- Orientadora</li><li>- Hojas impresas</li><li>- Infocus</li><li>- Computadora</li><li>- Pizarra</li></ul>	70 minutos

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Semana 5	Conócete a ti mismo	Aprender a valorarse como persona y como miembro de una familia y mejorar las relaciones sociales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinámica "el espejo mágico"</li> <li>- Disertación y video conócete a ti mismo</li> <li>- Técnica el autorretrato</li> <li>- Se recoge y reparte los autorretratos a los estudiantes, para que expliquen que entiende en el dibujo y que interpreta, y posteriormente que adivinen a quien le pertenece el autorretrato</li> <li>- Analizar el concepto de autoconocimiento y la importancia que tiene conocerse como persona para poder aceptarse</li> </ul>	Taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudiantes</li> <li>- Orientadora</li> <li>- Hojas impresas</li> <li>- Infocus</li> <li>- Computadora</li> <li>- Tiza líquida</li> <li>- Pizarra</li> </ul>	70 minutos



NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Semana 6	Mi autoestima ¿quién soy yo?	Reforzar el autoconocimiento para fortalecer la autoestima emocional	<ul style="list-style-type: none"><li>- Video de reflexión</li><li>- Hacer grupos de trabajo</li><li>- Hacer un collage con las características de una persona con autoestima baja y alta</li><li>- Comentar sobre las actividades</li><li>- evaluación</li></ul>	Taller	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estudiantes</li><li>- Orientadora</li><li>- Infocus</li><li>- Computadora</li><li>- Periódico</li><li>- Tijeras</li><li>- Papelografo</li></ul>	70 minutos

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Semana 7	Autoestima y limitaciones	Reconocer las cualidades personales para desarrollar la habilidad de la propia aceptación frente a las limitaciones personales, familiares, sociales y académicas.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Motivación "se feliz"</li><li>- Video historias reales</li><li>- Aplicación de retest</li><li>- Evaluar el proceso realizado con los estudiantes</li><li>- Concluir y resaltar los logros alcanzados</li><li>- Clausura- refrigerio</li></ul>	Taller	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estudiantes</li><li>- Orientadora</li><li>- Hojas impresas</li><li>- Infocus</li><li>- Computador a</li><li>- Tiza liquida</li><li>- Pizarra</li></ul>	70 minutos

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna

DESTINATARIOS: 2do de bachillerato paralelo "C"

FECHA DE INICIO:

FECHA DE CULMINACIÓN:

RESPONSABLE: Susana Magdalena Jiménez Achupallas

<b>SEMANA</b>	<b>TEMA</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>EVALUACIÓN</b>
Semana 8	Aplicación del pos-test EFF y AUT-AD	Evaluar funcionalidad familiar y autoestima	- Motivación "se feliz" - Aplicación de retest - Despedida y agradecimiento	Taller	- Estudiantes - Orientadora - Hojas impresas - Infocus - Computadora	- Aplicación de retest

## **j. BIBLIOGRAFÍA**

- Vargas & González (2006). Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja. Ed. Primera. Editorial Pax México.
- Lorente & Martínez (2003). Evaluación psicológica y psicopatológica de la familia. instituto de ciencias para la familia. Ed. Segunda. España.
- Royo, R. (2011). Maternidad, paternidad y conciliación en la CAE. ¿Es el trabajo familiar un trabajo de mujeres? Universidad de Deusto Bilbao. Volumen siete.
- Garzón, Rojas, Montoya, Zadwasky, Rojas, Baquero, Gaviria, Henao, Jojoa, Molina, Montes & Murillo (2007). De la armonía al conflicto. Comunidad de hermanos maristas. Colombia
- Branden, N. (2007). Los seis pilares de la autoestima. Ed. Paidós. España
- Branden, N (2010). La autoestima de la mujer. Ed. Paidós. España
- Branden, N (2001). La psicología de la autoestima. Ed. Paidós. España
- Hertfelder, C. (2010). Cómo se educa una autoestima familiar sana. Ed. Palabra. España
- Monroy, A. (2004). Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud para padres y educadores. Ed Pax México
- Hunt, J. (2005). Claves bíblicas para consejería: volumen 3: la violencia y sus víctimas. México
- Buendía, Vidal, Riquelme & Ruiz (2004). El suicido en adolescentes: factores implicados en el comportamiento suicida. Universidad de Murcia
- Izquierdo, C. (2008). Crecer en la autoestima. Ed. Paulinas. Lima – Perú
- Diner, M. (2009). Guía breve para padres/ respuestas a 50 preguntas básicas para entender y criar a los hijos. Estados Unidos
- Shelton y Burton (2006). Haga oír su voz sin gritar. España
- Serrat, A. (2005). PNL para docentes mejora tus conocimientos y tus relaciones. ED Grao. España.
- Zuleta & Espriella (2005). Adelgace comprenda su alimentación más allá de lo que come. Ed. Norma. Colombia



**k. ANEXOS**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN  
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN**

**TEMA:**

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER  
LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN  
LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO  
PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA  
CALASANZ, LOJA 2013-2014**

Proyecto de tesis previo a la obtención de grado  
de Licenciada en Ciencias de la Educación,  
Mención: Psicología Educativa y Orientación.

**AUTORA: Susana Magdalena Jiménez Achupallas**

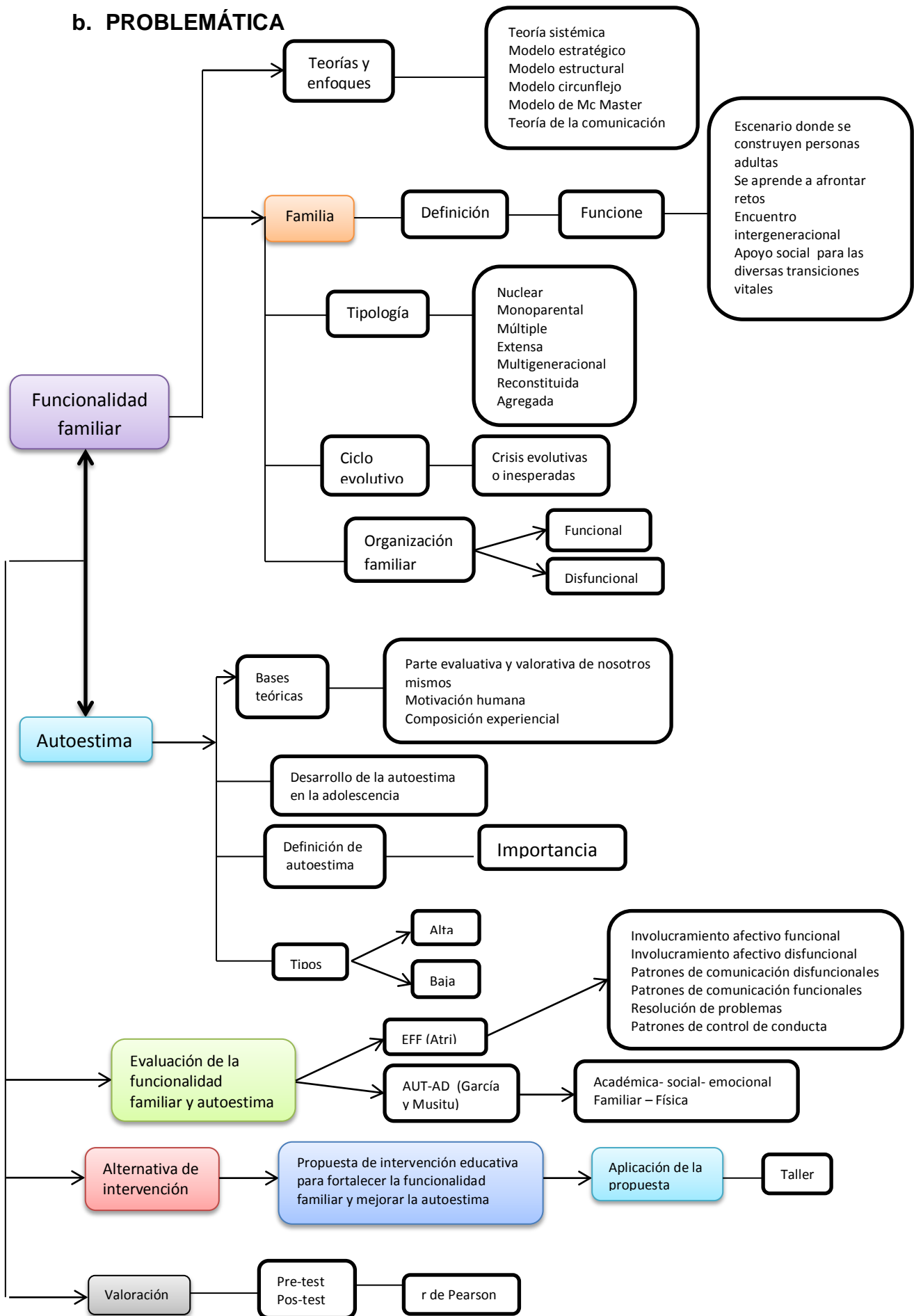
**LOJA- ECUADOR**

**2014**

**a. TEMA**

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA 2013-2014**

## b. PROBLEMÁTICA



## **DELIMITACIÓN DE LA REALIDAD TEMÁTICA**

### **- DELIMITACIÓN TEMPORAL**

La presente investigación se realizara en el periodo septiembre 2013- julio 2014.

La investigación se desarrollará en la Unidad Educativa Calasanz, que se encuentra ubicada en la Avenida Salvador Bustamante Celi y Orillas del Zamora, la misma que consta de dos secciones matutina y nocturna, fue fundada en la ciudad de Loja en 1980 y es regentada por los padres escolapios.

### **- BENEFICIARIOS**

Los beneficiarios son los estudiantes de dicho escenario, que cursan el segundo año de bachillerato C de la Unidad Educativa Calasanz sección nocturna, de la ciudad de Loja.

### **- SITUACIÓN DE LA REALIDAD TEMÁTICA**

Al realizar las prácticas pre profesionales de vinculación con la sociedad y al colaborar con el Departamento de Consejería Estudiantil bajo la dirección del Dr. Franz Carrión psicólogo educativo, se evidenció que asisten a sus aulas, estudiantes adolescentes y jóvenes que desean cambiar su nivel de vida gracias al estudio; personas que durante el día trabajan, o tienen que estar al cuidado de sus hijos o hermanos menores, además demuestran baja autoestima, depresión, inseguridad, actitudes violentas, que son motivo de preocupación para las autoridades, docentes y compañeros; el comportamiento inadecuado de los estudiantes se ven reflejados en el aula y en los recesos, así mismo muestran actitud negativa hacia el colegio, inseguridad, hostilidad e insatisfacción con respecto a la institución,



docentes y consigo mismos, resentimiento y antipatía hacia algunos compañeros; la creencia de que los profesores son injustos. Muestran tensión, estrés en las relaciones interpersonales, sentimientos de ser excluidos de las actividades sociales, preocupación, miedo, sentimientos de infelicidad, tristeza, desánimo, la creencia de que nada les va bien, percepciones de no tener éxito en sus estudios, dificultad para conseguir los propios objetivos y sentimientos de incapacidad. Esto se ve reflejado en el bajo rendimiento académico, despreocupación por las tareas académicas, inasistencia a clases, fugas repetitivas, atrasos, incumplimiento de las normas establecidas en el código de convivencia. A esto se suman los problemas económicos, familiares que se dan por la falta de comunicación, matrimonios disfuncionales, sobre protección o abandono, la falta de afectividad de los padres hacia sus hijos por dedicar más tiempo al trabajo desembocando en la inestabilidad emocional, afectiva, personal y familiar.

Información que es corroborada mediante la aplicación de un sondeo, donde se constató que los estudiantes en su familia viven: agresividad el 20%, insultos el 10%, el 6.66 % rechazo, desamor y falta de seguridad, mientras que un 20 % falta de comunicación, el 13.33 % falta de afecto lo que repercute en falta de caricias con el 16.66%. Además los estudiantes revelan que cuando tienen problemas acuden el 16.66% a sus amigos, así mismo otros no piden ayuda y el 10% acude a otros familiares.

Datos manifestados por los participantes muestran que existe disfuncionalidad familiar por el trabajo con un 66.66%, separación con un 16.66 %, por consumo de alcohol el 6.66% mientras tanto que el 10% por fallecimiento, migración y divorcio. Lo que repercute en la autoestima de los investigados debido que el 30% no se siente bien consigo mismo y no confían en sus capacidades, el 46.66% no aceptan su cuerpo tal como es y el 56.66% tiene dificultad para relacionarse ante personas desconocidas lo que implica inseguridad al momento de tomar decisiones el 70% se siente

influenciado para tomar sus propias decisiones y solo el 30% toma sus propias decisiones.

Es por esta razón que se plantea la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y potenciar la autoestima en los estudiantes. Considerando la edad de los participantes, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014) la adolescencia comprende desde los 10 a los 19 años; los adolescentes en esta etapa de transición bio-psicosocial según Pineda & Aliño (2013) “dan prioridad a las amistades, buscan identidad, autonomía, dedicándose más a la vida social, dejando de lado las tareas escolares y familiares”. (p.17).

En este contexto es necesario preocuparse mucho más por el núcleo de la sociedad que es la familia, siendo ella el pilar fundamental de la sociedad, en el que se forjan sentimientos, actitudes, intereses, sueños e ideales de cada uno de sus integrantes; Según Rodrigo y Palacios (citado por Martínez, 2009) define a la familia como la:

Unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se supone duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia ha dicho grupo, existe un compromiso personal entre todos sus miembros y se establecen extensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.

La familia como seno filial posibilita crecer a sus miembros a desarrollar sus capacidades bio-psico sociales ayudando a potenciar habilidades para lograr autonomía, eficacia y desenvolvimiento en el diario vivir, como fuente de fortaleza y confianza generada en la interacción de la funcionalidad familiar y papel que desempeña cada miembro desde su niñez, adolescencia, juventud y adultez para equilibrar el sistema familiar.

En Loja según el Plan Internacional por la niñez registra (...) la mayor parte de los niños, niñas y adolescentes enfrentan su crecimiento y

desarrollo en hogares con necesidades básicas insatisfechas, 65% de niños, niñas y adolescentes de la provincia de Loja, pertenecen a hogares que no han logrado satisfacer sus necesidades de vivienda, salud, educación y empleo (Plan Internacional, 2010)

Esta realidad desestabiliza la funcionalidad familiar, la misma que está amenazada por la insatisfacción de las necesidades básicas repercutiendo en los más vulnerables y desestabilizando la armonía afectiva, emocional, personal, académica, social y laboral.

Es así que en esta literatura se encuentran datos reveladores que manifiestan la limitada comunicación verbal y afectiva, al respecto se encuentra que:

La Federación Mundial de Salud Mental indica que a nivel mundial el 35% de adolescentes carecen de comunicación con sus padres, familiares y profesores, adolescentes entre 15 y 19 años revela que un 12.5% no tiene expresiones de comunicación afectiva a través de un abrazo, una caricia con sus progenitores debido a que existen malas relaciones entre los padres. (INEC, 2010).

El deterioro del diálogo rompe la comunicación y la funcionalidad familiar tanto verbal como afectiva, agudizando los conflictos personales entre padres e hijos, la principal razón es la ausencia paterna o materna ya sea por separación o divorcio. “Uno de cada cinco niños (as) menores de 18 años no viven con sus papas” según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2010).

Por lo tanto la familia es una de las instituciones más tradicionales que dejan huellas en el desarrollo de la infancia como agente de socialización, fuente de transmisión de valores que se ven devastados por los cambios sociales interfiriendo en la economía, obligando a los padres a trabajar y

minimizando el tiempo para compartir con sus hijos, por otro lado la inserción de la mujer al campo laboral que deja vacíos emocionales, de afecto, cariño, interfiriendo en la interacción socioemocional, personal, actitudinal, económica, de los estudiantes.

Loja no está exenta de los problemas antes mencionados, pudiendo encontrar que el 50% de las familias son disfuncionales según el Código de la Niñez y Adolescencia (CNA; 2011), datos obtenidos a través de un diagnóstico para atención de los y las adolescentes; cabe recalcar que durante el proceso de prácticas de observación y vinculación con la sociedad se pudo observar que en la Unidad Educativa Calasanz sección nocturna, se evidencian problemas baja autoestima, inseguridad, depresión, aislamiento, timidez, bajo rendimiento académico, deserción escolar, riñas entre los estudiantes lo que dificulta para entablar una interacción.

## **PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

De la presente situación problemática se deriva la siguiente pregunta de investigación:

**¿De qué manera la propuesta de intervención educativa contribuirá a fortalecer de la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014?**

### **c. JUSTIFICACIÓN**

El psicólogo educativo orientador es el profesional que posee conocimientos, habilidades y valores éticos para proteger la dignidad e integridad de las personas que requieren de su servicio. Esto lo lleva a diagnosticar, planificar, intervenir, evaluar, prevenir e investigar en el ámbito familiar, socioemocional, educativo y académico a fin de contribuir con programas para fortificar el rol de los padres y mejorar la funcionalidad familiar, desarrollar y potenciar la autoestima del estudiante, que permita la convivencia familiar y educativa durante el proceso de formación. Por tal razón, la propuesta de intervención educativa fortalecerá la funcionalidad familiar y a su vez potenciará la autoestima personal, familiar, social y académica desde los lazos primarios de amor que es la familia; el mismo que será dirigido a los estudiantes de segundo de bachillerato C, de la sección nocturna de la Unidad Educativa Calasanz de la ciudad de Loja.

Esta investigación permitirá fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes para optimar el nivel de vida de los alumnos y miembros de la familia y desarrollar una adecuada interacción con el contexto, a través de la propuesta de intervención educativa.

La investigación se la realizará con el aval de la Universidad Nacional de Loja, de la formación profesional de la carrera de Psicología Educativa y Orientación, el interés y predisposición de las autoridades y docentes de la Unidad Educativa Calasanz y de la investigadora, el material bibliográfico existente sobre la temática propuesta, además de los recursos materiales necesarios para culminar con éxito el presente trabajo.

#### **d. OBJETIVOS**

##### **Objetivo General**

Diseñar una propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014.

##### **Objetivos específicos**

1. Comprender la realidad temática sobre la funcionalidad familiar y la autoestima de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014
2. Diagnosticar la funcionalidad familiar y la autoestima de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014
3. Diseñar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014
4. Aplicar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014
5. Validar la efectividad de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014

## **ESQUEMA DEL MARCO TEÓRICO**

### **1. Funcionalidad familiar**

1.1. Teorías de la funcionalidad familiar

1.2. Definición de familia

1.2.1. Función de la familia

1.2.2. Tipología de familia

1.2.3. Ciclo evolutivo de la familia

1.3. Organización familiar

1.3.1.1. Familia funcional

1.3.1.2. Familia disfuncional

1.4. Estilos de crianza

1.5. Comunicación familiar

1.5.1. Estilos de comunicación en la familia

1.5.2. Repercusión del estilo comunicativo en los hijos

1.6. Actitudes y métodos para mejorar la comunicación

### **2. Autoestima**

2.1. Bases Teóricas de la autoestima

2.2. Definición autoestima

2.3. Desarrollo de la autoestima en la adolescencia

2.4. Importancia de la autoestima

2.5. Tipos de autoestima

2.5.1.1.1. Autoestima alta

2.5.1.1.2. Autoestima baja

2.6. Dimensiones de la autoestima

2.6.1.1.1. Autoestima personal

2.6.1.1.2. Autoestima familiar

2.6.1.1.3. Autoestima social

2.6.1.1.4. Autoestima académica

2.7. La autoestima determina la autonomía personal

2.8. Mi valía en las relaciones con el otro

### **3. Evaluación diagnóstica de la funcionalidad familiar y autoestima**

#### **Test para medir la funcionalidad familiar**

- 3.1. Involucramiento afectivo funcional,
- 3.2. Involucramiento afectivo disfuncional,
- 3.3. Patrones de comunicación disfuncional,
- 3.4. Patrones de comunicación funcional,
- 3.5. Resolución de problemas
- 3.6. Patrones de control de conducta

#### **Test para medir la autoestima**

- 3.7. Autoestima académica
- 3.8. Autoestima social,
- 3.9. Autoestima emocional
- 3.10. Autoestima familiar
- 3.11. Autoestima física.
- 3.12. Autoestima académica

### **4. Alternativa de intervención**

- 4.1. Definición de alternativa
- 4.2. Modelos de intervención
- 4.3. Principios de intervención
- 4.4. Concreción de la propuesta alternativa de intervención
- 4.5. Definición propuesta educativa
  - 4.5.1. Taller

### **5. Propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes**

- 5.1. Propuesta educativa
- 5.2. presentación
- 5.3. objetivo
- 5.4. desarrollo

### **6. Valorar la efectividad de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes**

- 6.1. Definición de evaluación
- 6.2. Definición de pre-test
- 6.3. Definición de pos-test
- 6.4. Modelo de coeficiente de correlación lineal de Pearson ( $r$  Pearson)



## **e. MARCO TEÓRICO**

### **1. FUNCIONALIDAD FAMILIAR**

#### **1.1. TEORÍAS DE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR**

Para conocer la funcionalidad familiar se hace necesario ir a sus orígenes históricos para comprender el papel que juega la epistemología de la funcionalidad familiar.

Para la doctora Gómez (2013). La familia constituye el núcleo fundamental de toda sociedad considerada como referente social para cada uno de sus miembros, por ello, es que el estudio de la funcionalidad familiar se ha tornado como pieza fundamental dentro de la medicina familiar y la psicoterapia familiar cuyo diagnóstico clasifica las condiciones del sistema familiar y de cada uno de sus miembros.

Para comprender el funcionamiento familiar es necesario analizar su estructura, los procesos y dinámicas relacionales tanto internos como externos y el conjunto de valores y creencias respecto de lo que debe ser la familia, es decir, los paradigmas familiares.

La historia data que desde 1965 inician los estudios acerca del funcionamiento familiar para identificar y copar en las relaciones maritales y familiares.

1965 Jackson sostiene que lo que hace funcional a la familia es la capacidad de resolución de problemas. Quien incluye el término de familia convencional. En el mismo año don Jackson con los colaboradores de Palo Alto (Watzlawick y Weakland) mostraron la conducta sintomática y sus características.

1. Los problemas comienzan con una dificultad de la vida cotidiana, generalmente ligada a un momento de transición, que se maneja de una forma pobre.
  2. La conducta se hace reiterativa.
  3. El contexto social “mantiene” dicha conducta.
  4. El contexto social aplica diferentes soluciones al problema, que lejos de solucionarlo lo perpetúa.
- 1970 Salvador Minuchin reconoce explícitamente la transacción del ciclo de vida de la familia como causante de la disfunción, estos cambios son evolutivos y pueden desajustar la estabilidad emocional.
  - 1976 Riskin establece las diferencias entre familia normal y disfuncional, clima emocional de la familia, capacidad de cambio durante el ciclo vital de la familia, equilibrar distancia y proximidad y la formación de fronteras generacionales funcionales.
  - 1977 Beavers considera el equilibrio entre la distancia y la proximidad para la funcionalidad familiar.
  - 1978 Bowen aportó con la teoría transgeneracional y que la funcionalidad depende de la individuación y crecimiento de cada uno de sus miembros.
  - 1979 Olson, Russel y Sprenkle contribuyeron con el modelo circunflejo de sistemas maritales y familiares.
  - 1983 McMaster evalúa la funcionalidad familiar de acuerdo a 6 dimensiones: capacidad para resolver problemas, comunicación, involucramiento afectivo, roles, respuesta afectiva, control de conducta.

Desde esta perspectiva se menciona algunas teorías que patrocinan la funcionalidad familiar:

- **1970 Salvador Minuchin y el Modelo Estructural** reconoce explícitamente la transacción del ciclo de vida de la familia, como causante de la disfunción, estos cambios son evolutivos y pueden

desajustar la estabilidad emocional. Basado en el concepto normativo de la familia atribuyéndose su función adecuada, se debe a la existencia de límites claros y bien definidos entre los miembros de la familia; entre el subsistema marital, parental y fraternal, están organizados jerárquicamente.

- Distribución adecuada de elementos como:

Jerarquías

Roles

Funciones

Vinculación de sistemas y subsistemas

- La estructura familiar puede ser evaluada por parámetros de diagnóstico que son:

**Jerarquías** se refiere a la manera en que se encuentra distribuido el poder dentro de la familia. El poder deberá encontrarse en la diada parental. Define la función del poder y la diferenciación de roles de padres e hijos y fronteras entre generaciones.

**Roles** se refiere a los patrones de conducta, por medio de los cuales la familia asigna funciones necesarias. Es la única manera de organizar la estructura de la familia, este elemento permite demarcar la posición entre los miembros de la familia.

- **Límites** permite a cada integrante y a la familia delimitar sus funciones y sus responsabilidades. Son reglas que regulan y definen el flujo de información y energía que ha de ingresar al sistema familiar, así también el grado en que los extraños pueden acceder al sistema, para mantener el equilibrio armonioso. Y estos pueden ser :

- a. Límites difusos: son difíciles de determinar, porque no definen reglas de interacción, es característico de las familias aglutinadas.
- b. Límites rígidos: son difíciles de alterar en un momento dado, es característico en las familias desligadas.
- c. Límites claros: son permeables, fortalecen las jerarquías, se desarrolla el sentido de pertenencia al grupo familiar, existe intercambio de información con otros sistemas.

**Alianzas** interés compartido por dos miembros de la familia, se hace referencia a uniones relacionales positivas entre ciertos miembros del sistema familiar. Las coaliciones existentes entre dos o más miembros de la familia.

**Coaliciones** se refiere a la unión de dos o más miembros en contra de un tercero, en acuerdos mutuos se benefician frente a un tercero. Cuando las coaliciones traspasan las fronteras generacionales se produce una perturbación en la jerarquía familiar.

Cuando no se quebranta la estructura familiar existe una patología familiar que es un déficit en las negociaciones acertadas de las presiones que se dan en el sistema familiar y son de cuatro tipos:

1. Patología de frontera se da cuando la conducta de los límites o fronteras en los participantes de un subsistema se vuelven inadecuadas, por el incremento de rigidez de sus pautas de transición y de sus fronteras e impiden el intercambio entre los subsistemas.
2. Patología de alianzas o coaliciones se refiere a la desviación del conflicto en la que existen coaliciones intergeneracionales inadecuadas. Las patologías de alianzas son de dos tipos:
  - a. Desviación del conflicto. Los padres no aceptan conflictos entre ellos pero se unen en contra de un hijo o subunidad de hijos

- b. Coaliciones intergeneracionales: es la estrecha alianza de un progenitor de un hijo en contra de otro progenitor.
  - 3. Patología de triángulos señala que dos progenitores están en conflicto manifiesto e intentan ganar el apoyo de un hijo connota un conflicto de lealtades.  
Coalición progenitor hijo: es un conflicto parental visible. Uno de los progenitores se alía a los hijos contra el otro progenitor.
  - 4. Patología de jerarquías es la fuente más destructora de la estructura familiar, es una forma especial de patologías de alianzas, esto se observa cuando el padre desempeña el rol de ama de casa y la madre sale a trabajar fuera del hogar.
- **1950 Murray Bowen y la Teoría de los Sistemas de familia** los problemas dentro de la unidad familiar son el resultado de un proceso de transmisión multigeneracional, que los niveles de diferenciación entre los miembros de la familia es cada vez menor de una generación a la siguiente.
  - El conocimiento de cómo funciona el sistema emocional en la familia, el trabajo, los sistemas sociales, revelan nuevas y más eficaces opciones para la solución de problemas.

Conceptos entrelazados para una mejor comprensión de la teoría sistémica

1. Triángulos.- dilema de la relación de pareja en que uno de los miembros busca la fusión con un tercero, donde hay dos miembros integrados y uno fuera.
2. La diferenciación de autonomía.- manera como se maneja la individualidad y la autonomía
3. Familia nuclear-sistema emocional.- opciones de la solución de tensiones que se pueden manifestar en varias formas: distancia

conyugal, conflicto conyugal, disfunción de uno de los cónyuges y problemas en los hijos.

4. Familia proceso de proyección.- manera en que los padres transmiten su diferenciación a sus hijos
5. Proceso de transición multigeneracional.- flujo de emociones a través de las generaciones, generando la percepción de la unidad emocional en la familia multigeneracional a ritmo variable.
6. Limite emocional.- forma de negociar la fusión no resuelta con la familia de origen, aislándose o separándose de la familia parental.
7. Posición de hermanos.- expectativas funcionales sobre la función de los hijos
8. La sociedad proceso emocional.- fuerza hacia la individualidad y la fusión que se dan en la sociedad al igual que en las familias particulares.

Este modelo sugiere que el comportamiento individual durante toda la vida este más estrechamente relacionada con el funcionamiento con la familia de origen. Reconoce una interacción entre los aspectos biológicos, genéticos, psicológicos y sociológicos y otros factores que inciden en la determinación del comportamiento individual.

Postula que algunos de los principios que rigen el comportamiento son comunes a todas las formas de vida. El grado en que los individuos pueden ser capaces de ejercer alguna elección con respecto a lo mucho que responde a su entrada automática emocional puede ser predicho por entender el funcionamiento familiar. Indica que las personas son capaces de modificar sus respuestas a la entrada automática emocional mediante la realización de un estudio de sus propios patrones de comportamiento y su relación con patrones de comportamiento en su familia multigeneracional.

- **1979 David Olson y su Modelo Circunflejo**, este es un intento de integración entre la teoría, la investigación y la práctica clínica en familia. realiza una tipología en base a tres dimensiones: cohesión, adaptabilidad y comunicación
1. La cohesión es el lazo emocional que une a los miembros de una familia, incluyendo cercanía, compromiso familiar, individual y tiempo compartido.
    - ❖ Indicadores a evaluar:
      - Vinculación emocional
      - Independencia
      - Limites
      - Coaliciones
      - Tiempo, espacio
      - Amigos, adopción de decisiones intereses y recreación
- Tipos de familias
    1. Desligadas (cohesión muy baja)
    2. Separadas (cohesión baja a moderada)
    3. Unidas (cohesión moderada a alta)
    4. Aglutinadas (cohesión muy alta)
  - Las familias aglutinadas y desligadas son consideradas como familias caóticas, desbalanceadas o problemáticas-
  - Familias separadas o unidas son consideradas como familias facilitadoras.
2. Adaptabilidad es la habilidad del sistema para cambiar su estructura de poder, la dinámica entre los roles y las reglas de las relaciones familiares en respuesta a estresores evolutivos (propios del desarrollo) y situaciones.
    - ❖ Indicadores a evaluar
      - Poder (asertividad, control y disciplina)
      - Estilos de negociación

Posible intercambio y modificación de roles y reglas de las relaciones

- Tipos de familia
  1. Rígida (adaptabilidad muy baja)
  2. Estructurada (adaptabilidad baja a moderada)
  3. Flexible (adaptabilidad moderada a alta)
  4. Caótica (adaptabilidad muy alta)
- 3. La comunicación dentro de la familia puede conseguirse usando:
  - Mensajes verbales
  - Mensajes no verbales
  - Mensajes implícitos

Cuando los canales de comunicación se ven afectados la funcionalidad se ve entorpecida.

- **1983 Epstein, Bishop y Levin Universidad de McMaster Ontario Canadá**

Este es un marco teórico que estudia el funcionamiento familiar, utilizando varias dimensiones para su comprensión.

Considera a la familia como un sistema y un factor importante para determinar la salud emocional de los miembros de la familia como individuos; además la considera como un sistema interaccional, cuya estructura, organización y patrón transaccional determinan y modelan la conducta de sus miembros.

❖ Área de evaluación

Solución de problemas

Comunicación

Control de conducta



Involucración afectiva

Roles familiares

Respuesta afectiva

2. Solución de problemas.- es la capacidad que tiene la familia para resolver sus problemas y mantener el equilibrio.

Tipos:

Problemas instrumentales

Problemas afectivos

Criterios para su evaluación

- a. Identificación del problema
- b. Comunicación del problema a la persona adecuada
- c. Implementar alternativas de solución
- d. Elegir una alternativa
- e. Llevar a cabo la acción
- f. Revisar que la acción se cumpla
- g. Evaluar el éxito

Se postula: más efectiva cuando se cumplen las siete etapas.

Menos efectiva cuando no se es capaz de identificar el problema

3. Comunicación

Es el intercambio de información dentro de una familia y su función a parte de transmitir información, es definir las relaciones con respecto a los demás.

Tipos:

Clara y directa

Clara indirecta

Oscura o enmascarada –directa

Oscura o enmascarada-indirecta

Se postula: más efectiva clara y directa

Menos efectiva oscura e indirecta.

4. Expresión de afectos es la habilidad para responder a un determinado estímulo con el sentimiento apropiado en cantidad y calidad

Categoría de efecto:

**a.** Bienestar: ternura, amor, apoyo, consuelo, felicidad y dicha

**b.** Malestar: enojo, furia, tristeza, desesperanza y depresión

Criterios a evaluación:

1. Cantidad.- habilidad de la familia para responder con una amplia gama de emociones, dependiendo del tipo de estímulo

2. Calidad.- grado de respuesta afectiva, en un continuum desde la ausencia hasta la respuesta exagerada.

3. Roles son los patrones repetitivos de conducta mediante los cuales los miembros llevan a cabo las funciones familiares.

Criterios para evaluarlos:

**a.** Asignación.- ¿es clara y explícita? ¿tiene habilidad de cumplirlo? ¿se dan fácilmente las reasignaciones?

**b.** Revisión.- ¿se cumplen las funciones? ¿la familia es capaz de realizar mecanismos correctivos y reajustes?

Se postula: más efectivo flexibilidad

Menos efectivos rigidez

5. Control de conducta es la forma que adopta la familia para imponer sus propias reglas.

Tipos:

Rígido (más efectivo)

Flexible (dejar hacer)

Control caótico (menos efectivo)

6. Involucramiento afectivo se refiere al grado en que la familia como un todo, muestra interés y valora las actividades de interés de cada miembro.

Tipos: Ausencia total del involucramiento, narcisista, empático, excesivo y simbólico.

Todos estos modelos y teorías son referentes epistemológicos que aportan al desarrollo y comprensión de la funcionalidad familiar.

## **1.2. DEFINICIÓN DE FAMILIA**

La familia es el pilar fundamental de la sociedad, en el que se forjan sentimientos, actitudes, intereses, sueños e ideales de cada uno de sus integrantes; Según Rodrigo y Palacios (citado por Martínez, 2009) define a la familia como la:

Unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se supone duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia ha dicho grupo, existe un compromiso personal entre todos sus miembros y se establecen extensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.(p.53)

La familia como seno filial posibilita crecer a sus miembros a desarrollar sus capacidades bio-psico sociales ayudando a potenciar habilidades para lograr autonomía, eficacia y desenvolvimiento en el diario vivir, como fuente de fortaleza y confianza generada en la interacción del rol familiar y papel que desempeña cada miembro desde su niñez para equilibrar el sistema familiar.

### **1.2.1. FUNCIÓN DE LA FAMILIA**

La familia es un contexto de desarrollo y socialización y desde la perspectiva de los padres es un contexto de desarrollo y realización personal ligada a la adultez humana y a las etapas posteriores de la vida (Rodrigo, 2008). Cuanto más rica es la relación que se genera entre la pareja más números y profundos serán los elementos de subjetividad que son elementos de un núcleo de existencia común, de comunicación, de afecto, de intercambio sexual, cuyos padres son los promotores de desarrollo de los hijos emergen una serie de funciones en la familia.

- **Es un escenario donde se construyen personas adultas** con determinada autoestima y un determinado sentido de sí mismo, y que experimentan un cierto bienestar psicológico en la vida cotidiana frente a los conflictos y situaciones estresantes. Gran parte del secreto de dicho bienestar está relacionado con la calidad de las relaciones de apego que las personas adultas han tenido desde su niñez, relaciones de las cuales se derivan la seguridad y confianza en sí mismos, y en los demás para plantear las relaciones de apego en la vida adulta.
  
- **Es un escenario donde se aprende a afrontar retos, así como asumir responsabilidades y compromisos** que orientan a los adultos hacia una dimensión productiva, plena de realizaciones y proyectos e integrada en el medio social.
  
- **Es un escenario de encuentro intergeneracional** donde los adultos amplían su horizonte vital formando un puente hacia el pasado (la generación de los abuelos) y hacia el futuro (la generación de los hijos). La principal materia de construcción y transporte entre las tres generaciones son el afecto, valores que rige la vida de los miembros de la familia y sirve de inspiración y guía para sus acciones. En este sentido los abuelos pueden ayudar a sus hijos en la tarea de educar a los nietos; pero también los abuelos se pueden constituir en puntos de referencia para que sus hijos y nietos puedan contrastar su visión del mundo y beneficiarse de su sabiduría.
  
- **Es una red de apoyo social para las diversas transiciones vitales** que ha de realizar el adulto: búsqueda de pareja, de trabajo, de vivienda, de nuevas relaciones sociales, jubilación, vejez, etc. La familia es un núcleo que puede dar problemas y conflictos, pero también constituye un elemento de apoyo ante dificultades surgidas

fuera del ámbito familiar y un punto de encuentro para tratar de resolver las tensiones surgidas en su interior (p.34-35).

### **1.2.2. TIPOS DE FAMILIA**

En la sociedad de hoy en día encontramos distintos tipos de familia que para clasificarla se basa en la definición de que una familia es un conjunto de personas pariente o no que viven en una misma casa; “esto hace referencia a los elementos propios del sistema familiar, número de personas pertenecientes al grupo familiar y las relaciones que se establecen entre ellos” (Martínez, Álvarez & Fernández, 2009, p.57).

- Familia nuclear.- es la típica familia clásica conformada por padre, madre e hijos.
- Familia monoparental.- es el resultado del fallecimiento o separación de uno de los cónyuges; solo hay un padre o una madre e hijos.
- Familia troncal o múltiple.- está constituido por varias generaciones que viven bajo el mismo techo padres, hijos y abuelos.
- Familia extensa.- es la convivencia de distintas generaciones como son abuelos, tíos, padres, sobrinos y nietos.
- Familia multigeneracional.- la constituyen al menos tres generaciones que viven bajo el mismo techo y el hombre de más edad es la autoridad.
- Familia reconstituida.- está formada por padre o madre con algún hijo que procede de un grupo familiar anterior con el cónyuge actual.
- Familia agregada conocida también como pareja de hecho o unión libre y que tiene derecho legal y económico.

### **1.2.3. CICLO EVOLUTIVO DE LA FAMILIA**

Para Chávez la familia no es una organización estática, pasiva o inmutable; todo lo contrario, la familia es un organismo vivo, integrado por cada uno de sus miembros (padres, hijos y familiares de pareja)

que están interactuando constante mente. Este “organismo familiar”, como todo ser vivo, nace, crece, se reproduce y muere y en cada etapa de este desarrollo bio-psicológico presenta características muy peculiares.

El psicólogo debe conocer y debe y tomar en cuenta para ofrecer una verdadera atención de orientación familiar y prevenir los posibles desajustes psicosociales y emocionales del individuo. (P.34-35).

Para las doctoras Estremero & Gacia (2008) sostienen que la familia no solo puede entenderse desde el aspecto tradicional (mamá, papá e hijos) sino que también se puede estar constituida por uno de los padres y los hijos, uno de los padres y otros familiares, hijos a cargo de otros adultos (incluso no familiares). Sus funciones específicas Son: dar afecto, cuidar y educar a sus hijos, es la primera fuente de estímulo para los niños.

Los papás regulan las demandas de alimento, afecto, protección y seguridad. Es el espacio donde los niños pasan de la dependencia infantil a la independencia y vida adulta. Para la cual la familia crea el ámbito de contención, ayudándolo a aprender a cuidarse, a tener confianza en si mismo, ser capaz de tomar decisiones y de aceptar o rechazar influencias ajenas.

A lo largo de la vida las familias atraviesan distintos tipos de crisis que según las características, que se clasifican en crisis evolutivas o inesperadas.

- Crisis evolutivas.- son aquellos cambios esperables (biológicos) por las cuales atraviesan las personas. Dichos cambios requieren de un tiempo de adaptación para enfrentar los nuevos desafíos, que forman parte del desarrollo de la vida normal.
- Crisis inesperadas.- aquellas que sobrevienen bruscamente, que no están en la línea evolutiva habitual (muerte temprana de un padre, pérdida de empleo, exilio forzoso etc.

Tanto las crisis evolutivas como inesperadas pueden ser atravesadas por personas, familias distintas de distintas maneras dependiendo de los recursos que tengan y de las experiencias previas (adaptación a crisis anteriores). Teniendo en cuenta que unas familias podrán pasar con mayor facilidad y capacidad de adaptación y otras tanto no.

El ciclo vital familiar está inmerso en la cultura y costumbres a las que pertenece la familia, por las que no hay formas correctas o incorrectas de pasar por las diferentes etapas.

Estas etapas son:

- a. Constitución de la pareja
- b. Nacimiento y crianza
- c. Hijos en edad escolar
- d. Adolescencia
- e. Casamiento y salida de los hijos del hogar
- f. Parejas en edad madura
- g. Ancianidad

### **1. Constitución de la pareja**

Con la formación de una nueva pareja queda constituido un nuevo sistema, que será el inicio de una nueva familia, este nuevo sistema/pareja tendrá características nuevas y propias. A su vez cada uno miembro de la pareja traerá creencias, modalidades y expectativas que habrán heredado de sus propias familias de origen. Al formar un nuevo sistema tendrán que examinar cada una de éstas y negociar para establecer su nueva identidad como una nueva familia; aceptando las diferencias y manteniendo sus individualidades. En la evolución de una pareja habrá diferentes etapas, momentos de tranquilidad y otros de crisis. Es normal que la pareja pase por una

etapa inicial donde ambos se hacen impermeables a las cosas externas (ambos, familia, trabajo), es una etapa que permite consolidar la unión en lo emocional, social y sexual. Este aislamiento inicial irá variando con el tiempo y la evolución de la pareja.

## **2. Nacimiento y crianza**

El nacimiento de un hijo crea muchos cambios tanto en la relación de la pareja como en toda la familia. Aparecen nuevos roles y funciones: madre, padre (función materna y paterna) y con ellos los de la familia extensa: abuelos, tíos, primos, etc.

Las funciones de los padres se diferencian para poder brindar al niño la atención y cuidados que necesita. La madre se unirá con él bebé, interpretando y descifrando sus necesidades de cuidado y de alimentación.

Esta unión es normal y necesaria para la buena evolución de toda la familia.

Durante este periodo el padre es un observador que participa activamente desde afuera sosteniendo esta relación y haciendo el nexo de entre madre-hijo/ mucho. Llegará el momento donde el hombre deberá recuperar a su mujer como pareja y a su hijo en relación a él.

La incorporación de un hijo en la familia provoca inevitablemente mucha tensión en la pareja. Son frecuentes los reproches, la depresión, el cansancio de ambos padres, dificultad para ponerse de acuerdo en cómo y cuándo hacer las cosas. Es un momento de vuelco hacia la familia extensa. A veces esto es tomado con alegría y en forma positiva y en otra aumenta la tensión o los conflictos.



Problemas frecuentes:

- Persistencia en la unión madre-bebe a lo largo del tiempo
- Intolerancia por parte del padre de ocupar un lugar secundario en esta triada durante los primeros meses
- Excesiva participación de la familia extensa en el cuidado del bebe, con la consecuente dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario.

### **3. Hijos en edad escolar**

Esa es una etapa crucial en la evolución de la familia. Es el primer desprendimiento del niño del seno familiar. Se unirá a una nueva institución con maestros y compañeros y realizara nuevas actividades fuera del hogar. En cierta medida es la puesta a prueba de todo lo que la familia inculcó en los primeros años al niño (limites, relación con la autoridad y pares). La red social del niño se amplía y se comenzara a relacionar con otros adultos significativos (maestros). Estas nuevas experiencias pueden ser transmitidas al niño como algo bueno, donde el crecimiento tiene una connotación positiva o pueden ser vividas como una pérdida o un abandono, lo cual hará que el niño se encuentre en una situación muy conflictiva (de elección entre familia y fuera)y dificulte su adaptación. Por primera vez los padres tendrán una imagen externa de su hijo, la imagen que les transmitirán los maestros.

### **4. Adolescencia**

La adolescencia es una etapa de grandes crisis para la mayoría de los individuos y las familias, se producen grandes cambios en todos los integrantes del núcleo familiar y en la relación de estos con el exterior.

El adolescente sufre una gran crisis de identidad. Su cuerpo sufre cambios y aparecen los caracteres sexuales secundarios bien definidos (cambio de voz, vellos). Comienza a ampliar su contacto con el mundo externo y el espacio geográfico en el que se mueve, lugares donde los padres no son invitados a participar. Es una etapa de grandes turbulencias emocionales para el adolescente que atraviesa el desafío de transformarse en adulto (dejando la imagen idealizada de los padres de la infancia), definir su identidad sexual y conquistar cierto grado de autonomía en lo emocional y mental. Las relaciones con sus pares, sus grupos, pasan a ser primordiales en la vida del adolescente. El grupo ayuda a elaborar todos los cambios que le van sucediendo y ayuda a separarse de sus padres. Es importante para el adolescente sentir que se puede alejar de su casa sin perder a los padres, lo que intenta confirmar con sus actos de rebeldía.

Por momentos el adolescente se toma un ser de difícil manejo por parte de los padres, la familia y la sociedad en general. No olvidemos que a su vez los padres están pasando por la crisis de la edad media, momento en el cual aparece la incertidumbre de no ser joven, hay una evaluación de todo lo realizado hasta el momento en todos los planos y enfrenta a los padres nuevamente como pareja.

Para el adolescente es importante la presencia de límites firmes (con posibilidad de renegociarlos de acuerdo al crecimiento), con espacio para que ellos experimenten y se equivoquen, teniendo la oportunidad de recurrir a sus padres si lo necesitara. Esto lo hace sentir seguro, la ausencia de los límites hace que el adolescente se sienta solo, desamparado y da lugar a que aparezcan conductas de riesgo (violencia, embarazos no deseados, drogas, alcohol, etc.) con el propósito de llamar la atención de sus padres.

Problemas frecuentes:

- Dificultad de los padres para poner los límites adecuados. Esto se refleja en padres que se transforman en “amigos” de sus hijos, sin una clara diferencia de roles, dejando “huérfanos” al adolescente.
- Dificultad para permitir la salida (desprendimiento) del adolescente del seno familiar.

## **5. Salida de los hijos del hogar**

Esta nueva etapa está marcada por la capacidad de la familia de origen para desprenderse de sus hijos e incorporar a nuevos individuos como el cónyuge y la familia política. Los hijos entraran en una nueva etapa donde deberán formar su propia familia, con las características antes mencionadas, para poder continuar con el ciclo vital.

Desde el punto de vista de los padres, se enfrentan con la salida definitiva de los hijos del hogar. Hasta ahora se había engrandado el círculo social y afectivo en que se movía el /la joven, pero seguía siendo la familia de origen la única y la de pertenencia. A partir de este momento los padres deberán reconocer la nueva familia como diferente y con características propias, aceptando la incorporación de otros en la vida familiar.

Problemas frecuentes:

## **6. Edad madura**

La pareja se enfrenta nuevos desafíos. Por un lado el reencuentro entre ellos, dado por la salida de los hijos del hogar y por cese laboral. De las características de este encuentro dependerá que la pareja continúe unida o no. Por otro lado deberán enfrentar cambios no solo en lo individual si no también familiar.

El fin de la vida laboral (jubilación) que para algunos es tomada como el inicio de una nueva etapa, donde tendrán la oportunidad de realizar cosas postergadas durante la juventud, disfrutar de los nietos y seguir generando proyectos, para otros es el fin de su vida activa y el paso hacia una etapa “improductiva”.

Dentro de las familias aparecen nuevos roles: abuelo/a. este nuevo rol les permite a los padres, ahora abuelos, tener un contacto más libre y placentero con los nietos que lo que tenían con sus propios hijos.

## **7. Ancianidad**

Cada uno de los integrantes sufrirá cambios a nivel corporal (mayor fragilidad, enfermedades crónicas, etc.) y/o emocional (pensamientos con respecto a la muerte, pérdida de seres queridos, etc.) todo esto requiere de un tiempo de procesamiento. En esta etapa del ciclo vital suele haber un revés en cuanto a quién proporciona los cuidados físicos, emocionales incluso los económicos de los padres. Las características de estos nuevos vínculos dependerán de como se establecieron las relaciones a lo largo de la historia familiar.

Por otro lado son los abuelos son los encargados de transmitir la historia, ritos y costumbres a las nuevas generaciones, ayudando así a establecer su identidad individual y familiar. Esto les pone a ellos en un lugar privilegiado, que hoy en día es descuidado por las familias y la sociedad en general. (P.19-21).

### **1.3. ORGANIZACIÓN FAMILIAR**

Para Canales (2013) la función más importante de la familia es que representa gran parte de la base o el semiento para la estabilidad y la adecuada autoestima de un ser humano.

La familia funciona como un sistema abierto, donde existe una interacción constante entre cada uno de sus miembros; y como es un sistema completo, el comportamiento de cada uno de sus miembros tiene influencia y estímulo en la vida de los demás. Por lo tanto un comportamiento de uno de los integrantes de la familia, produce cambios en los demás miembros. No existe La familia perfecta, pero existen familias medianamente funcionales y familias disfuncionales.

#### **1.3.1.1. FAMILIA FUNCIONAL**

En una familia funcional se genera una adecuada autoestima y seguridad entre sus miembros, se promueve la sanidad espiritual y emocional de cada uno de sus miembros.

En toda familia hay reglas, y los miembros las crean; particularmente los padres. Y como la familia es un sistema vivo, las reglas se van modificando de acuerdo a los cambios que los miembros van experimentando

##### Reglas de una familia funcional

- Las reglas son congruentes, racionales, y se adaptan a las necesidades reales de la familia.
- Existe la expresión abierta de las necesidades básicas y de los afectos de los miembros.
- Las diferencias individuales, tanto en la forma de pensar y de actuar, como en las necesidades de cada uno de los miembros, pueden ser aceptadas.
- Los conflictos son vividos, únicamente como diferencia de opiniones entre los miembros, y no amenazan la estabilidad familiar.
- Tanto los conflictos como los acuerdos, se expresan de forma libre, abierta, y desde las emociones.

- Los mensajes verbales y no verbales son congruentes.
- Existen límites claros en los roles y en las manifestaciones emocionales de los miembros.
- Se promueve la individualidad y el respeto entre los integrantes.
- Los padres funcionan como un equipo junto a sus hijos, lo que promueve que se relacionen en términos de afecto y apoyo mutuo.
- Existe un proceso balanceado entre el proceso de dar y recibir, ya que es tan importante recibir del sistema familiar, como cuidar de él.
- La lealtad hacia el sistema es primordial.
- En una familia sana, cada miembro goza de su espacio-físico y psicológico-, y esta independencia nutre al sistema familiar.
- Cuando algún miembro tiene un problema, se pide ayuda al sistema, y la familia puede pedir ayuda al exterior.

Si todas las familias fueran medianamente funcionales, los seres humanos viviríamos en armonía y toleraríamos las diferencias de los demás. Lamentablemente fuimos muchos los que fuimos criados por padres tóxicos, en las familias disfuncionales que lastimaron nuestro autoconcepto y nuestra relación con el mundo.

### **1.3.1.2. FAMILIA DISFUNCIONAL**

En una familia disfuncional donde se presenta un comportamiento inadecuado o inmaduro de parte de uno de los padres o de ambos, se inhibe el crecimiento de la individualidad y de la capacidad de relacionarse sanamente entre los miembros de ese sistema familiar; donde se promueve la culpa, el miedo, la irracionalidad y el sentimiento de desamparo.

Una familia disfuncional funciona de la siguiente manera:

- El padre toxico es el origen de la disfuncionalidad

- Las reglas se establecen a partir de los caprichos irracionales de los padres.
- Se imponen reglas rígidas que no permiten ni la manifestación afectiva de sus miembros, ni la expresión de sus necesidades.
- La paz se mantiene a expensas de la individualidad de cualquiera de sus miembros.
- Se prohíbe la expresión abierta de las necesidades básicas y de los afectos de los miembros, pues es amenazante para el sistema.
- Al no existir el espacio físico y psicológico individual para cada uno de los miembros, se generan círculos viciosos donde no se permite la ayuda del exterior.
- Los conflictos se perciben como un reto a la autoridad y como un riesgo a la estabilidad; por lo que se evitan, se niegan, se reprimen, y se esconden dentro y fuera del sistema. En estas familias, generalmente se vive y se actúa como “si no pasara nada”.
- Frecuentemente, uno de los esposos se somete al otro, lo cual alimenta en la familia, el miedo al abandono y a la poca valía del individuo. Con este ejemplo de los padres, los hijos aprenden a ser tiranos, o bien a someterse a los deseos de los demás.
- Hay incongruencia entre la comunicación verbal y no verbal, pues se presentan contradicciones constantes entre lo que se dice y el comportamiento de los miembros; particularmente de los padres.
- Los padres no actúan como un equipo, si no que generan alianzas entre sus hijos, provocando que estos se ataquen entre si. Esto promueve las relaciones agresivas, de competencia y de separación entre los hermanos.
- Se aprende que no hay un balance en el proceso de dar y recibir dentro del sistema; lo que causa que los miembros aprendan a no sentirse merecedores de afecto y estabilidad por parte del medio, o a ser egoístas y centrados en sí mismos.

### La lealtad al sistema deja de ser un valor

- La dependencia se vuelve excesiva, pues la autonomía de los miembros se limita grandemente.
- La protección o la disciplina se tornan excesivas; y los padres provocan – directa o indirectamente- una disfunción en los hijos.
- Los padres involucran a los hijos en los conflictos parentales; y cada padre “trata de jalar” al hijo hacia a su lado, logrando que la alianza con alguno de ello sea permanente. Esta situación impulsa al padre a crear una relación posesiva y de “pareja” con el hijo, donde este pierda su individualidad; y además genera, en el otro padre, resentimiento, culpa y miedo, así como altos niveles de dependencia.
- Los hijos se vuelven el blanco de la agresión de los padres.

Entonces los padres tóxicos generan familias disfuncionales; que se identifican básicamente por cuatro características:

- Amalgamiento de la familia.- es una familia donde no existe respeto al individuo; en la cual, los padres pueden entrometerse en la vida de los hijos, decidiéndolo todo. Este patrón disfuncional impide la formación de una personalidad sana; ya que inhibe el espacio vital físico, psicológico, y espiritual de la persona.
- Rigidez.- consiste en el establecimiento de reglas que no admiten posibilidad de cambio; y que se imponen arbitrariamente para todos los miembros de la familia, exceptuando, probablemente a quienes las impuso.

Algunas consecuencias de la rigidez son: la rebeldía contra todo y contra todos, la frustración, el resentimiento y la incapacidad de elaborar el criterio flexible, de acuerdo las circunstancias.



El extremo contrario es la falta de límites. Esta conducta también es destructiva, al no contener ningún tipo de contención emocional y de orientación y apoyo, genera en un hijo la sensación de no ser querido.

- Sobreprotección.- es la generación de dependencia, hasta terminar por “lisiar” emocionalmente a la persona. La sobreprotección es la actitud equivocada de pretender resolver todos los problemas del sistema familiar, al basarse en la creencia de que “solo yo tengo la capacidad para hacerlo”.

Este patrón disfuncional no permite que el ser humano se desarrolle en su totalidad, ya que le impide vivir ciertas experiencias necesarias y desarrollar sus capacidades y autoestima. Al mismo tiempo fomenta en la persona inseguridad ante la vida y los problemas que ella conlleva; al impedir el desarrollo del instinto de agresión, necesario para saber luchar, defenderse y competir. Y peor aún, la sobreprotección genera en el hijo miedo, inseguridad y una gran sensación de inadecuación en el mundo, al sentir que no tiene la posibilidad de sobrevivir por sí mismo en el mundo.

- Evitación del conflicto.- es la característica más importante, por ser la más dañina; si la familia pudiera hablar del conflicto y de lo que siente, si pudiera discutir su problemática, y si existiera en su interior una correcta comunicación emocional, sin restricciones verbales, esa familia podría salir adelante de una manera sana.

En una familia que se evita hablar de conflictos, no existen enfrentamientos y no se habla de las situaciones dolorosas; razón por la cual no se ventilan los problemas reales. Este mutismo genera en una carga emocional que se convierte en una “bomba de tiempo”, la cual termina por explotar en el momento menos esperado.

Las consecuencias de no hablar de los problemas profundos, de los secretos, del dolor emocional es que, al reducirse la comunicación entre los miembros de la familia, se evita la intimidad entre ellos, se distancia cada vez más y se convierten en extraños entre sí.

Susan Forward, en su libro, "Toxic Parents", divide a los padres tóxicos en seis grupos:

- a) Los padres inadecuados.- solo se encuentran en sus propios problemas, con lo que provocan que sus hijos se conviertan en "mini adultos", que desde muy pequeños los cuidan.
- b) Padres controladores.- utilizan la culpa la manipulación y la sobreprotección para tener pleno control de la vida de sus hijos.
- c) Los alcohólicos o adictos.- generan un ambiente de tensión emocional por el abuso de sustancias, aunando la negación de la enfermedad.
- d) Tienen cambios de estado caóticos y sus adicciones les dejan muy poca energía para cumplir con su rol de padres.
- c.** Los abusadores verbales.- utilizan groserías despectivas para dirigirse a sus hijos. Son sarcásticos y desmoralizan a sus hijos mediante una devaluación constante hacia ellos.
- d.** Los abusadores físicos.- son incapaces de controlar sus impulsos, para especialmente la ira, y constantemente responsabilizan a sus hijos de su propio ingobernable comportamiento.
- e.** Los abusadores sexuales.- abiertamente han sexualizado con sus hijos o son altamente seductores; lo que produce una gran confusión en el niño y destruye lo más sagrado que tiene: la inocencia.

Un padre toxico termina con acabar con la estabilidad emocional y con la posibilidad de ser feliz de un hijo: "ya que no valgo nada y soy débil,

merezo morir”, y esto es, lo que puede generar o fomentar el pensamiento suicida del joven. (p. 145-154)

Todos estos aspectos generan disfunción familiar ya sea por falta de comunicación, falta de afectividad, por padres, autoritarios, permisivos, negligentes, minan la esencia y valor de cada uno de los integrantes de la familia; al contaminar su autoconcepto, su valía, personal, especialmente su seguridad para tomar decisiones que le ayuden a afrontar las vicisitudes del diario vivir lo que repercute en su autoestima.

#### **1.4. ESTILOS DE CRIANZA**

Los estilos de crianza son importantes para el desarrollo bio-psicosocial del niño cuya forma de interactuar del padre o la madre con su hijo sienta las bases para el desarrollo social y emocional del presente y futuro del niño. Esto requiere de autoconciencia sobre su propio manejo de las emociones, un conocimiento de las emociones de los demás específicamente de su niño y método de respuesta.

Para Smalley Gary (2011). Existen cuatro estilos principales de crianza (p. 225).

- **Padres dominantes**

Los padres dominantes tienen por lo general normas y expectativas muy elevadas. Constantemente aumentan las exigencias sobre sus hijos y los retan a lograr la excelencia. Quieren lo mejor para sus hijos y siempre están pensando en el futuro. Lamentablemente los padres dominantes rara vez ofrecen apoyo tierno y afectivo.

Son padres muy rígidos con las normas y poco afectuosos. Intentan imponer su criterio contando muy poco con las necesidades

emocionales del niño. Para estos padres lo importante es la disciplina y dominio para controlar la situación.

El estilo dominante produce mayor agresividad en los niños más pequeños. Este alto nivel de agresividad se prolonga durante toda la vida.

- **Padres negligentes**

Los padres negligentes tienden a carecer de apoyo afectivo hacia sus hijos como el control hacia ellos. Muestran una actitud indiferente o inmadura y atacan verbalmente al niño cuando se sienten presionados o molestos. Estos padres tienden a aislarse de sus hijos al recurrir en demasía de niñeras para dedicarse a sus propias actividades egoístas. Consideran al niño una molestia

- **Padres permisivos**

Los padres permisivos tienden a ser afectivos y comprensivos para con sus hijos, pero son débiles a la hora de fijar y hacer cumplir las reglas y las normas.

Una de las razones para que los padres sean demasiado permisivos es el temor interno que tienen hacer daño a sus hijos si son muy estrictos.

Lo positivo es que los padres dan mucha comprensión, transmite al niño confianza y una capacidad mayor para expresar lo que siente y piensa.

Lo negativo es que no ponen reglas, los hijos no tienen tareas que realizar en casa; su exceso de permisividad da lugar a actos indeseables, como golpear a otros, escribir en las paredes y romper las cosas.

- **Padres democráticos**

Se caracterizan porque combinan el alto grado de control y de afectividad. Son padres que suelen poner límites a la conducta de los hijos, pero tienden a explicar y a razonar el porqué de las reglas. Escuchan las objeciones que ponen los hijos y cuando son razonables no tiene ningún problema de ser tolerantes con las demandas de sus hijos. García et al. (2010, p. 306).

## **1.5. COMUNICACIÓN FAMILIAR**

Las personas se relacionan a través de la comunicación que se hace mediante el lenguaje ayudado por los gestos, los movimientos del cuerpo. El lenguaje es el primer sistema de señales que emplea el hombre para relacionarse con su medio y para aprender lo que le rodea. La comunicación es el intercambio verbal o no verbal de mensajes o información entre personas, la misma que incluye dos habilidades fundamentales que son susceptibles de adquirirse a través de la práctica: la de expresar y la de escuchar citado por Durán (Llavona & Méndez, 2012).

Un primer aspecto entre la comunicación entre padres a hijos es la expresión de emociones positivas. A menudo la comunicación con los hijos se centra solo en intercambios negativos como reproches o acusaciones (cuantas veces tengo que decírtelo), insultos (pareces idiota), amenazas (si llegas tarde no entras en casa), ordenes (hazlo porque lo digo yo), comparaciones (tu hermano siempre se comportó mejor que tú) o predicciones (como sigas así, vas a ser un fracasado). Una comunicación basada únicamente en intercambios negativos acaba creando un ambiente enrarecido entre padres a hijos que, a la postre a lugar a situaciones de tensión y estrés individual y familiar; cuando esto ocurre es importante instruir a los miembros de la familia a comunicarse sobre aspectos positivos.

Las conductas verbales concretas que resaltan alguna característica positiva de la otra persona funcionan como refuerzos sociales, que facilitan cualquier interacción social, incluidas las que se producen entre padres a hijos. Así al hacerles cumplidos a los hijos cuando están justificados ayuda a fortalecer y a mejorar la relación con ellos, para expresar un comentario positivo consiste en ofrecer una expresión agradable, directa y específica sobre aspectos concretos en la conducta (<< me gusto que hicieses pronto los deberes>>, <<gracias por cuidar de tu hermana>>).

El diálogo entre padres a hijos constituye una herramienta de gran utilidad como medio para resolver conflictos. Los conflictos son inevitables en la interacción humana y abordarlos de forma constructivista a través de la comunicación conlleva a importantes beneficios. (p.61).

### **1.5.1. ESTILOS DE COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA**

La familia es el primer lugar donde aprendemos cómo comunicarnos, la manera de hacerlo en nuestra familia de origen determinará cómo nos comunicaremos con los demás tanto objetiva como subjetiva; esta se basa en los sentimientos que transmitimos, recibimos y comprendemos.

Según la UNICEF (2003) los estilos de comunicación son el modo en que las personas nos intercambiamos información. El conjunto de elementos, verbales, gestuales y corporales que utilizamos, conforma un estilo específico de comunicación.

- El estilo Inhibido o Pasivo, que se caracteriza por una escasa o nula verbalización de lo que se piensa, de lo que se siente o de los comportamientos que nos molestan de los demás, evitando actuar por miedo a las consecuencias. La mirada de la persona siempre es

hacia abajo, voz baja, vacilaciones, negar o quitar importancia a la situación y postura hundida.

Es común la utilización de estrategias poco claras e inseguras acompañadas de un lenguaje dubitativo, emitido con un volumen de voz extremadamente bajo, para abordar o resolver situaciones. La postura corporal asociada es tensa, retraída, y el espacio interpersonal desmesurado.

- Estilo agresivo, el afrontamiento de las situaciones es directo, brusco y poco respetuoso, provocando malestar emocional en los interlocutores y deteriorando la relación con ellos. Se manifiesta con actitudes agresivas en la comunicación la voz alta, los gestos de amenaza, las descalificaciones, los insultos y las desconsideraciones. La actitud de un asertivo es mirar a los ojos, exponer claramente las cosas y con un tono de voz tranquilo.

El lenguaje suele ser impositivo, cargado de órdenes e interrupciones en el discurso de los demás, con elevado volumen de voz, gestos amenazantes y postura corporal tendente a invadir el espacio de la otra persona. La comunicación es unidireccional padres-hijos, y la ausencia de diálogo es la práctica habitual.

- Asertivo, que implica expresar lo que se quiere, lo que se desea, y lo que se espera del otro, de modo directo, claro y respetuoso. Cuando utilizamos este estilo de comunicación con los hijos y les hace partícipes de lo que pensamos, de cómo nos sentimos, o de cómo nos gustaría que se comportaran, de un modo claro y respetuoso, estamos contribuyendo a mejorar su autoconcepto, a elevar su autoestima y a establecer una relación más cercana con ellos. La comunicación es abierta y bidireccional padres/hijos, con frecuentes negociaciones y consecución de acuerdos.

## **1.5.2. REPERCUSIÓN DEL ESTILO COMUNICATIVO EN LOS HIJOS**

Según la UNICEF (2003) comunicación guía para las familias nos hablan como es la influencia de cada estilo comunicativo en el comportamiento y carácter de los hijos.

- Los hijos de padres autoritarios: Tienden a ser obedientes, ordenados, poco agresivos, más tímidos, poco tenaces a la hora de perseguir metas. Su interiorización de los valores morales es pobre, orientándose más a los premios y castigos que hacia el significado intrínseco del comportamiento.

Los hijos de padres autoritarios manifiestan pocas expresiones de afecto con los iguales, siendo poco espontáneos, llegando incluso a tener problemas en establecer relaciones. El “lugar de control” externo potencia la baja autoestima y dependencia, manifestando poca alegría, se muestran coléricos, aprensivos, infelices, fácilmente irritables, y vulnerables a las tentaciones.

- Los hijos de padres permisivos (sobreprotectores y ausentes): Suelen tener problemas para controlar sus impulsos, y dificultades para asumir responsabilidades. Son inmaduros y sus niveles de autoestima generalmente son bajos, aunque tienden a ser más alegres y vitales
- Los hijos de padres asertivos: Tienden a tener niveles altos de autocontrol y de autoestima, y se muestran más capaces al afrontar situaciones nuevas con confianza. Son persistentes en las tareas que inician. Son interactivos y hábiles en las relaciones con los iguales, independientes y cariñosos, y suelen tener valores morales interiorizados. (p. 7-8).



## **1.6. BENEFICIOS DE UNA COMUNICACIÓN POSITIVA**

Para los autores Estévez, Jiménez & Musitu (2007) frente a la disfunción familiar proponen estrategias para resolver conflictos y discusiones, dentro de la comunicación familiar como una opción fluida, respetuosa y efectiva.

Ellos sostienen que los padres se deben comunicar con sus hijos utilizando mensajes claros, precisos y útiles que se hagan entender en lugar de hablar de manera vaga o imprecisa, lo que aumenta la probabilidad de que la información se interpreta de manera errónea. El padre y la madre no deben divergir, en la medida de lo posible en sus planeamientos, sino que debe existir congruencia y acuerdo con los mensajes que van a transmitir a sus hijos y en el comportamiento y los valores que quieren inculcarle.

Tampoco es aconsejable que el padre y la madre se desautoricen mutuamente delante de sus hijos, puesto que eso dificulta la asimilación de la información que se trasmite al adolescente; no es necesario aumentar el tono de voz en las discusiones, si no ser firmes en los argumentos y expresarse manteniendo los propios criterios pero escuchando los de los demás. La negociación es fundamental para resolver los conflictos, adoptando una posición positiva del problema, escuchar y ponerse en lugar del otro, reconociendo sus argumentos, emociones y sentimientos y expresando los suyos así como sus alternativas y posibles soluciones.

Se debe evitar culpabilizar a los demás de la situación conflictiva y asumir la parte de la responsabilidad, siendo honesto con uno mismo y con los demás. Siempre se deben evitar los insultos y estar dispuesto a disculparse y admitir errores.

Narramore (1988, p. 225.) en su libro propone cinco preguntas que pueden ayudarle a evaluar la calidad de comunicación en su familia. Estos principios básicos de comunicación son:

- i. ¿Quiero realmente escucharle?
- ii. ¿Puedo mostrar respeto a mi hijo?
- iii. ¿Puedo permitir a mis hijos que expresen emociones negativas sin temor de retribución?
- iv. ¿Puedo expresar una abundancia de emociones positivas?
- v. ¿Estoy abierto a nuevas ideas y deseos o dispuesto a admitir que estoy equivocado?

“La comunicación enriquece a la persona; la incomunicación empobrece a la persona.” Gloria Elena Franco; quien propone varios aspectos que puede una familia fomentar en la comunicación.

La comunicación positiva fomenta:

- Compartir gustos, aficiones y pasatiempos.
- Compartir experiencias
- Valorar lo que nos cuenten
- Hablar con serenidad
- Escuchar con atención
- Restar importancia a las diferencias en asuntos opinables
- Estar disponible al diálogo
- Permitir la libertad de expresión de los demás
- Poner buena cara ante lo adverso
- Hacer borrón y cuenta nueva ante un posible disgusto
- Saber ser oportuno
- Hacer las correcciones de los hijos a solas
- Infundir y manifestar confianza en los demás
- Guardar el respeto a cada uno de los de la casa
- Mantener delicadeza en el trato
- Dar credibilidad a las palabras de los demás
- Ser siempre sinceros
- Dar gracias y pedir <<por favor>>
- Ser transigentes en los asuntos sin importancia

## 2. AUTOESTIMA

### 2.1. BASES TEÓRICAS DE LA AUTOESTIMA

Es necesario penetrar en el estudio de las principales teorías en las cuales ésta investigación fundará sus basamentos siendo imprescindible puntualizar el concepto de autoestima como tal. Esta es uno de los grandes descubrimientos de las ciencias de la conducta en el siglo XX.

Según Benavides (2009) habla de las bases teóricas de la autoestima desde los factores que influyen en la autoestima de los estudiantes y su influencia en el rendimiento académico.

- 1969 Stanley Coopersmith considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí misma.
- 1981 Coopersmith corrobora sus definiciones afirmando que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí misma se expresa a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Añade además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo.
- 1990 Stanley Coopersmith define cuatro áreas de evaluación que una persona hace y mantiene con respecto a si misma:
  - Área sí mismo: Valoración que el sujeto se da de sí mismo
  - Área social: Valoración que el evaluado da a su medio social
  - Área hogar: Valoración que el evaluado da a su entorno familiar
  - Área escuela: Valoración que el evaluado da a su entorno escolar

- Abraham Maslow en su teoría sobre la motivación humana de la autorrealización afirma que cada uno de nosotros posee una naturaleza interna, conforme se satisfacen las necesidades más básicas los seres humanos desarrollan necesidades y deseos más elevados como es la autorrealización que implica reconocimiento, afiliación y seguridad.
- 1967 Carl Rogers establece que la autoestima es la composición experiencial manifestadas por el yo positivo, único y bueno, al momento de relacionarse con el medio en general y valor que le da al mismo.

Estos antecedentes relatan la evolución del concepto autoestima como determinante del bienestar psicológico del ser humano.

## **2.2. DEFINICIÓN AUTOESTIMA**

La autoestima es la imagen y concepto que posee cada ser humano de si mismo, como conocerse, quererse y aceptarse tal cual es; con fortalezas y debilidades. Para los autores Montoya & Sol (2004).

La autoestima es la capacidad o actitud interna con que me relaciono conmigo mismo y lo que hace que me perciba dentro del mundo, de una forma positiva o bien con una orientación negativa, según el estado en que me encuentre. Un movimiento que ocurre en todo nuestro ser y que nos hace vivir de manera determinada. (p. 5).

La importancia de la autoestima está en que es el elemento que contribuye a disfrutar lo que es nuestra vida. Trabajarla de manera compartida nos permite el desarrollo integral de nuestra persona, ese componente biológico, social y trascendente. Nos permite vivir mejor. (p.9).

La autoestima es el sello de nuestra aceptación, imagen, identidad, el valor que poseo como ser humano, como hombre como mujer; motor que permite el desarrollo de mi ser, de mis actividades, el relacionarme con los demás que integran mi personalidad afirmando mi felicidad.

### **2.3. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA**

La autoestima se va desarrollando a lo largo de nuestra vida, de las experiencias y vivencias que pasamos, las mismas que repercutirán de forma positiva o negativa y que durante el proceso de desarrollo del ser humano se debe garantizar las condiciones para que pueda formarse una autoestima adecuada en niños, adolescentes y jóvenes.

La Organización de la adolescencia (2009) explica que:

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima, es la etapa en que una persona necesita hacerse con una firme identidad, es decir saberse individuo distinto a los demás, conocer su posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia el futuro.

Durante la adolescencia se manifiestan ciertos cambios a nivel socio-afectivo, físico y cognoscitivo desarrollándose la capacidad de reflexionar y pensar sobre uno/a mismo/a y de aceptar una nueva imagen corporal. Al hacerlo el o la adolescente se formula una serie de interrogantes sobre si mismo como: ¿soy atractivo? ¿Soy inteligente? ¿Soy aceptado por mis compañeros? Gradualmente el adolescente comienza a separar lo que cree que es verdad sobre si mismo/a de lo que considera erróneo y al formularse sus propios conceptos sobre su persona. Cuanto mayor sea la aceptación que se siente, tanto en la familia como en los compañeros/as mayor será la posibilidad autoaceptación y seguridad sobre si mismo.

En la adolescencia tanto el grupo familiar, escolar, los amigos, los medios de comunicación contribuyen a moldear la autoestima. Pero en esta etapa se conjugan otros elementos que tiende a debilitar la autoestima. Un adolescente con buena autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presentan para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue. Si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima sólida y bien desarrollada podrá entrar en la vida adulta con cimientos necesarios para llevar una existencia productiva y satisfactoria. (p. 22)

La adolescencia es la etapa de mayor crisis de nuestra identidad la misma que necesita ser fortalecida desde la familia como primer ente de afectividad y desarrollo filial de sus integrantes.

#### **2.4. IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA**

María Serrano habla acerca de la importancia de la autoestima como el determinante del equilibrio bio-psicoemocional del ser humano como pilar fundamental del sentir y actuar de cada individuo.

Serrano, M (2002) Sostiene que la autoestima, entendida como una actitud positiva de la persona hacia si misma, es fundamental en el crecimiento armónico de la salud humana. Autoestima, acarreado valoración hacia uno mismo, viene a ser, el sistema inmunitario de la vida psíquica. La presencia de la autoestima asegura recursos y los potencia, en la vida personal, para hacer frente a los conflictos, enfermedades, desafíos, de la vida. La ausencia de autoestima, o su leve intensidad en la persona, acompaña generalmente a una gama de trastornos psicológicos, que dificultan el desarrollo de la vida personal, individual y social. Los mensajes que percibimos en nuestra

sociedad impregnada en nuestra cultura, nos dan la sensación de que la autoestima es frecuente, abundante, habitual, en nuestras reacciones intra e interpersonales. (p. 107).

Para complementar la importancia de la autoestima en la salud emocional de las personas, se describen algunas de las ventajas como parte de amor propio. Riso, Walter (2012, p. 86-87).

- Incrementa las emociones positivas. Te alejarás de la ansiedad, la tristeza y la depresión y te acercarás a la alegría y a las ganas de vivir mejor.
- Alcanzar mayor eficacia en las tareas que emprendes. No te darás por vencido muy fácilmente, perseveras en las metas y te sentirás competente y capaz.
- Relacionarte mejor con las personas. Te quitaras de encima el incómodo miedo al ridículo y a la necesidad de aprobación, porque tú serás el principal juez de tu conducta. No es que no te interesen lo demás, sino que no estarás pendiente de los aplausos y los refuerzos externos, y tomaras las críticas más objetivamente.
- Amar a tu pareja y querer a tus amigos y amigas más tranquilamente. Dependerás menos y establecerás un vínculo más equilibrado e inteligente, sin el terrible miedo de perder a los otros.
- Ser una persona más independiente y autónoma. Te sentirás más libre y segura a la hora de tomar decisiones y guiar tu vida.

Cuyos aspectos que configuran la autoestima son:

- Autoconcepto: qué piensas de ti mismo
- Autoimagen: cuánto te agradas
- Autorreforzamiento: cuánto te premias y te das gusto
- Autoeficacia: cuánta confianza tienes en ti mismo

Estos son los cuatro soportes bien estructurados de un “yo” sólido y saludable, pero si llega a fallar uno de ellos será suficiente para que la autoestima se muestre inestable.

## **2.5. TIPOS DE AUTOESTIMA**

Para conocer en el nivel de autoestima que nos encontramos es necesario conocer las características que describen una baja o alta autoestima.

El autor François (2009) fundamenta cuatro grandes tipos de autoestima correlacionando el nivel y la estabilidad de la autoestima lo que permite comprender el conjunto de reacciones:

### **LOS DOS PERFILES DE UNA AUTOESTIMA**

#### **❖ Alta y estable**

Las circunstancias “exteriores” y los acontecimientos “normales” tienen poca influencia sobre la autoestima del sujeto. Este no consagra mucho tiempo ni energía a la defensa o promoción de su imagen.

Los estados de ánimo del sujeto con autoestima alta y estable son mucho más atemperados y positivos que los de su homólogo inestable.

#### **❖ Alta e inestable**

Aunque elevada, la autoestima de estos sujetos puede sufrir importantes altibajos, especialmente cuando se hallan en un contexto competitivo o desestabilizador. Reaccionan entonces con vigor ante la crítica y el fracaso, percibiéndolos como otras tantas amenazas, y practican el auto-promoción poniendo de relieve sus éxitos o cualidades de un modo excesivo. Los individuos emocionalmente estables, que no se



desconciertan fácilmente ante la adversidad y que mantienen cierta coherencia en sus palabras y su conducta, sea el contexto favorable o desfavorable.

Por otra parte los sujetos más vulnerables, que se sienten fácilmente agredidos y cuestionados cuando se encuentran en contextos hostiles o sencillamente críticos. Ambos perfiles no se diferencian demasiado. Pero la separación aparece y aumenta cuando el entorno cambia: la competición, el cuestionamiento, el fracaso son desestabilizadores para la autoestima. (p.69).

Este autor demuestra la diferencia de una autoestima alta y estable pero que pueden fluctuar por el contexto donde se desenvuelve el sujeto.

En la bibliografía del autor Albaladejo (2011) argumenta las características de los tipos de autoestima que distinguen a una persona: (p.25)

### **2.5.1. AUTOESTIMA ALTA**

#### **Autoestima alta sana**

Es sana propia de personas que gozan de su sabiduría emocional:

- La persona vive poniendo en práctica una forma de relación asertiva: tanto tú como yo somos importantes
- Vive de acuerdo a valores que se consideran “saludables” para la persona y para los que con ella se relacionan: bondad, generosidad, solidaridad, cooperación, amabilidad, etc.
- Existe generalmente coherencia entre lo que la persona piensa, dice y hace
- Busca construir nunca destruir. Por lo tanto las críticas que se hace así misma o a los demás están basadas en el respeto y en la posibilidad de cambio que todo ser humano tiene

- Favorece el desarrollo de una autoestima sana en los demás, actuando en muchas ocasiones como modelo. “modela la conducta de los demás.
- Busca ganar “con”. No pretende dejar sentimientos de perdedores en los demás a costa del sentimiento de persona ganadora o de éxito
- Acepta a los demás como son, buscando la mejora de aquellos aspectos que no le gustan a través del dialogo y del encuentro.
- Vive y se relaciona con autenticidad, dejando de lado las máscaras y no funcionando movida por el “qué dirán”. Para ella es más importante “ser” que “tener”.
- Reconoce y acepta sus errores tratando, al mismo tiempo de aprender de ellos. (p.26)

Una persona con autoestima alta siempre estará guiada por el deseo de no dañar la dignidad de la otra persona, busca edificar desde el lugar de donde este y como este, es auténtica.

### **Autoestima alta enferma**

Es propia de las personas altamente egoístas, orgullosas y fanfarronas:

- La persona vive poniendo en práctica una forma de relación que responde a lo siguiente: solo yo soy importante, te tengo en cuenta en la medida que me interesas o que puedo obtener de ti algo que necesito.
- Vive de acuerdo a valores que se consideran insanos para la persona y para los que con ella se relacionan: egoísmo, maldad, destrucción, mentira, envidia, etc.
- Busca destruir a la persona que percibe como competidora. Utiliza la crítica destructiva con la finalidad de ganar
- Rebaja la autoestima de los demás a costa de hacer valer la propia.
- Desea que haya perdedores y trata de que sus acciones conduzcan a que otros se identifiquen como tales.

- Actúa de forma incoherente: piensa y dice cosas bastante distintas a ñlas que hace
- No acepta a los demás como son, trata de hacer patente lo que no le gusta de ellos, incide en la descalificación y en la crítica destructiva de lo que no le agrada de los otros.
- Fomenta el rencor, el resentimiento la envidia
- Utiliza una máscara para aparentar lo que no es. Para esta persona es más importante “tener” que “ser”.
  - Utiliza a los demás en su propio beneficio y nunca hace nada totalmente de forma desinteresada.
  - No reconoce ni acepta sus errores, siendo muy permisiva con ella, y muy crítica con los errores y fallos de los demás.
  - Son personas totalmente autosuficientes, que consideran que no necesitan a los demás más que para lograr sus metas y aumentar su ego a través del poder, del éxito social o del beneficio económico.

Este tipo de personas actúan movidos por sus intereses, y no les importa a quien vayan dejando en el camino con tal de satisfacer sus caprichos, les falta el sentido de pertenencia y amor propio. (P.27-28).

### **2.5.2. AUTOESTIMA BAJA**

Propia de personas que se minusvaloran, no se aceptan, no se quieren y son conscientes de la gravedad de su situación, no registrándose con ella y luchando por cambiarla. (p. 29-30)

#### **Autoestima baja sana**

- La persona con muchas dificultades debido a su sentimiento de minusvalía, trata de poner en práctica una forma de relación asertiva: tanto tú como yo somos importantes

- Reconoce y acepta la situación en la que se encuentra, trabajando por mejorarla para sentirse bien consigo misma y con los demás.
- Se reconoce como persona limitada, imperfecta pero que no se resigna ante la situación. Trata de mejorar todo lo que aprecia como limitaciones, errores o imperfecciones en su vida.
- Considera que merece gozar de momentos felices, como todo ser humano, y trabaja para que estos formen parte de sus vida
- Se preocupa y trabaja por los demás, pues intuye que la alegría el gozo y la felicidad, o se lo comparten o no son lo que parecen.
- No se conforman socialmente, adoptando posturas que dejan de lado unos principios éticos y morales en los que cree.
- Se pone en acción para abandonar las máscaras y vivir progresivamente de forma más auténtica.
- Como conoce el sufrimiento que lleva aparejada muestra una baja autoestima, se muestra sensible al nivel de autoestima de los demás y nunca trata de machacar a personas en las que percibe dolor e incapacidad ante situaciones de provocación, anulación o desprecio.

### **Autoestima baja enferma**

Es propia de personas que se minusvaloran, no se aceptan, no se quieren y no son conscientes o no quieren ser conscientes de la gravedad de su situación

- La persona se muestra pasiva y cohibida, viviendo en la práctica una forma de relación en la que expresa a los demás lo siguiente: solo tú eres importante, hare lo que sea con tal de ganar tú aprecio, tú consideración y tú amistad.
- Se resignan ante una situación y no trabajan sanamente por salir de ella
- Se tratan mal, no cuidan su salud física ni tampoco la psíquica
- Abundan en estas personas las ideas no realistas: “soy una persona mala”, “no merezco que me quieran”, “no soy capaz de hacerlo bien”, parezco tonta/o, etc.

- Generalmente se quedan con el lado negativo, piensan que se merecen todo lo malo que les sucede
- Adoptan una actitud pasiva en las relaciones sociales, dejando a los demás que se sitúen por encima de ellos, que les ganen espacios, que se aprovechen de su falta de respuesta. No se sienten capaces de defender sus derechos de forma asertiva
- Viven como si el mundo les debiera algo, como si ellas por si mismas no tuvieran posibilidad alguna de mejorar la situación a la que han llegado. (p.31).

Una persona con baja autoestima es limitada para interactuar con su medio, porque no puede dar de lo que no tiene.

## **2.6. DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA**

### **2.6.1. AUTOESTIMA PERSONAL**

La autoestima es la valoración positiva o negativa que una persona hace de sí misma en función de los pensamientos, sentimientos y experiencias que ha obtenido en su interior o desde el exterior.

Branden, N. (2008). Manifiesta que el significado primordial de la autoestima es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad.

Además explica que la autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Como: tener confianza en nuestra capacidad de pensar, en la capacidad de enfrentarnos a los desafíos de la vida, confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a

firmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y gozar del fruto de nuestros esfuerzos. (p. 42)

Según Enrique Rojas (2001) la autoestima consiste en valorar y conocer lo que a uno /a es y lo que puede llegar a ser. (43-35).

La autoestima personal, individual, autóctona se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales, y culturales, en estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y los demás. Para comprender los cuatro elementos básicos el psiquiatra hace un análisis en el siguiente cuadro:

<b>Concepto clave</b>	<b>Análisis/ desarrollo</b>	<b>Conclusión</b>
Juicio personal	Comprender el haber y el debe, los aspectos positivos y negativos, lo ya conseguido y lo que queda por alcanzar.	El análisis debe culminar con una <b>AFIRMACIÓN POSITIVA</b> que le de valor a las ganancias sobre las pérdidas.
La aceptación de uno mismo	Se alcanza un estado de paz relativa: uno se acepta a pesar de las limitaciones, los errores, las frustraciones (expectativas no cumplidas)	Uno está de acuerdo con su persona cuando asume las aptitudes y las limitaciones
El aspecto físico	Comprende la morfología corporal (belleza, estatura) y las características fisiológicas (enfermedades físicas, congénitas)	Hay que integrar el aspecto físico a la aceptación de nuestra personalidad
El patrimonio psicológico	Involucra la conformación de un estilo personal integrado por: los pensamientos, la inteligencia, la conciencia, la fuerza de voluntad, el lenguaje verbal y no verbal, la interpretación de la vida, etc.	La personalidad debe ser percibida como positiva en su totalidad

El entorno socio-cultural	Es el ámbito donde se desarrollan los recursos para la culminación interpersonal y lo que de ella se deriva	Tener relaciones sociales saludables es indicativo de una autoestima buena
El trabajo	Es importante la identificación con el trabajo que se realiza y que se realice con compromiso, amor y dedicación	El trabajo debe ser fuente de satisfacción personal, tanto por el trabajo en sí o por las ventajas que el trabajo nos proporciona
Evitar la envidia o compararse con los demás	Compararse con los demás es cotejar superficies, no profundidades y si la interpretación de la vida del otro nos agrada entonces se debe transformar en referente a emular	Tener un proyecto de vida propio y satisfactorio es que realiza la confianza en uno mismo
Desarrollar la empatía	Es importante la mirada comprensiva, indulgente y tolerante hacia la propia persona y hacia los demás	Un signo de madurez es la capacidad para saber perdonarse y perdonar a quienes nos rodean
Hacer algo positivo por los demás	El acto de entrega hacia los demás, de dar algo por propia voluntad que el otro necesita, es motivo de cierta armonía interior	La entrega hacia los demás, mezcla de generosidad y de satisfacción personal, es otro indicador de buena autoestima cuando no implica un auto sacrificio o anulación personal

La autoestima personal es el amor propio de cada ser, de cada individuo, es sentirse feliz, satisfecho, el disfrutar de estar vivo, de ser único, especial e irrepetible, sentir complacencia por cada detalle que llega a nuestra vida más aún si son experiencias dolosas, porque todo tiene su razón de ser, más aun cuando se trata de un ser integro.

Para la promoción de la salud mental (2010) es el equilibrio emocional centrado en el desarrollo que regula la conducta mediante un proceso de autoevaluación de quienes somos como nuestro nombre, identidad, edad, sexo, nacionalidad, características personales (físicas y psicológicas) actividades que se realiza, gustos y preferencias, grupos a los cuales pertenece, problemas e inquietudes, proyectos

futuros, valores, creencias, religión, situación económica, lugar de residencia, rendimiento académico.

Todos estos aspectos juegan un papel importante en nuestra identidad para complementarse con la autoestima cuyo fin último es buscar la felicidad y fortalecer la calidad y nivel de vida.

### **2.6.2. AUTOESTIMA FAMILIAR**

Almaguer, Salazar & Teresa (1998) sostienen que la familia es la primera fuente de socialización para el niño y es un eslabón en la larga cadena de influencias que el individuo recibirá a lo largo de su vida. La conducta que los niños adoptan es aquella que su grupo considera apropiada y que le ayudará a encajar en dicho grupo. El proceso de socialización no es exclusivamente social, en él observamos la amalgama de aspectos físicos, psicológicos, intelectuales y personales que conforman a un todo ser humano.

La familia es el primer entorno donde se recibe afecto, la experiencia de cercanía que se tenga con la madre en los primeros años de vida son decisivos en la vida del ser humano, cuya interacción incidirá hasta la vida adulta del individuo.

Los mediadores de la autoestima familiar (2009) en el programa integral de desarrollo educativo familiar sustenta que:

La familia es un sistema social compuesto por individuos que se influyen mutuamente de forma intensa. Padres, hijos, hermanos y cónyuges son algo más que meras relaciones de parentesco. A través de ellos aprendemos qué es lo más importante, lo que hay que valorar, lo que nos gusta y lo que odiamos, cómo debemos comunicarnos unos con otros y cómo debemos comportarnos en las



distintas situaciones. Los hijos de corta edad copian los gustos de sus padres, sus ademanes y su tono de voz. Y, sin duda, aprenden a valorarse de la misma manera que los padres se valoran a sí mismos. Los adultos que alimentan una autoestima positiva, que se sienten capaces para resolver las situaciones que les plantea la vida cotidiana, transmiten a sus hijos una actitud positiva, que les lleva a darse cuenta de que tienen recursos suficientes para desenvolverse satisfactoriamente en el entorno social.

Por su parte, los padres que adoptan estilos derrotistas ante la vida y actitudes de impotencia y fracaso, proyectan en los más pequeños una visión pesimista de sus posibilidades para experimentar el éxito personal y social. Los mensajes auto-limitadores (“yo no soy capaz”, “no podemos hacer nada”, cuando son expresados habitualmente ante los hijos, les muestra un dialogo interno que probablemente aprenderán a realizar ellos también, sobre todo si no tiene otras fuentes que les ayuden a formar su autoestima.

Por el contrario, si oyen de sus padres mensajes positivos, que resaltan sus capacidades, asumirán una actitud optimista ante la vida, aprendiendo a valorarse positivamente y ya situaciones ante los obstáculos confiando en sus posibilidades para resolver con éxito. (P.7-8).

La corporación humanizando (2012) manifiesta que:

La familia con autoestima forma personalidades capaces de alcanzar objetivos sanos, de hacer el presente una poderosa palanca hacia el futuro y rechazar la mediocridad como una epidemia. La familia con autoestima prefiere la convivencia pacífica y amable, basada no en apariencias ni en la ausencia de lucha, si no en el respeto a las diferencias. La familia con autoestima busca sumar éxitos y virtudes más que fracasos o defectos. Estima sobre todo el aprendizaje de la

solidaridad hacia dentro y hacia afuera, sin importar límites. La familia con autoestima celebra los triunfos y esfuerzos de cada integrante y estimula en ellos una normal competencia en la búsqueda de la excelencia. La familia con autoestima le cierra las puertas a la desintegración y alimenta vínculos afectivos serios que identifican a sus componentes “en las buenas y en las malas”.

Ninguna familia puede sentirse felizmente realizada si sus miembros no aprendieron a expresar bondad, sabiduría y compromiso con la sociedad y el contexto cultural. (P.2-3).

### **2.6.3. AUTOESTIMA SOCIAL**

Calderón, Antonio (2010). En una de sus ponencias manifiesta que:

Para el desarrollo social e integral de las personas se hace necesaria la educación de las actitudes y entre ellas la autoestima. La mejora de la autoestima del sujeto hoy siempre tendrá implicaciones y efectos positivos en la mejora de la calidad de vida, por ello es muy importante el fomento de la autoestima como el primer eslabón del desarrollo humano. En una sociedad que constantemente esta bombardeada por los medios de comunicación, informando a cerca de la violencia, la agresión, la minimización de las personas. Donde los problemas sociales son de mucha agresividad. Es importante la validación del ser humano con sus competencias y sus potencialidades, habilidades. Por ello, tener autoestima, es sentirse capaz, valioso, confiado y apto para asumir cualquier situación en la vida. Y que ella es parte activa de nuestras relaciones humanas, es decir es el encuentro con el otro.

La autoestima personal es el meollo de las interacciones interpersonales, he ahí la necesidad de sentirse valiosos y una convicción de seguridad.

Mientras que para la psicóloga Yolanda Ruiz manifiesta que las habilidades sociales son esenciales para entablar una interacción entre amigos, familiares y demás personas como reflejo del amor propio y valía que le damos a nuestra personalidad.

La autora Ruiz, Y. (2011), manifiesta que las habilidades sociales son las destrezas que se necesitan para desenvolverse satisfactoriamente en el día a día, son herramientas que se van adquiriendo a lo largo de los años y que usamos en los siguientes núcleos:

Familia

Amigos

Trabajo

Estos tres núcleos tan cercanos nos hacen sin embargo comportarnos de manera diferente, no actuamos igual cuando discutimos con un familiar de confianza que cuando discutimos con un amigo, si es alguien que nos infunde respeto también hará que demos de manera más moderada las posibles molestias que nos ocasione la discusión. Del mismo modo no hacemos las mismas bromas en unos ambientes que otros, depende mucho de quien tengamos delante.

Podemos llamar habilidades sociales a esa “herramientas” que nos permiten desenvolvernos con soltura en las situaciones que presenta el diario vivir y en situaciones concretas. Estas herramientas pueden entrenarse y con el tiempo se van notando los resultados.

Es importante empezar por pequeños retos, cuando los conseguimos nuestra autoestima aumenta y eso nos da fuerza para intentar otros retos un poco más difíciles. La timidez está ligada a una baja autoestima, nos impide vivir muchas situaciones por miedo a “no hacerlo bien” o a “qué dirán los demás”. La persona que lo sufre cree

que sólo le sucede a ella y magnifica las situaciones creyendo que todas las miradas se centran en sus actos, se sienten observadas y en realidad la situación no es tan terrible, ¿A caso los demás son perfectos? Claro que no.

Tenemos derecho a vivir libremente, a expresar lo que opinamos y a no sentirnos agobiados por situaciones que pueden mejorarse creyendo en nosotros, confiando en nuestras posibilidades y no olvidando nunca que somos personas con limitaciones pero también con capacidades que pueden mejorar (p.5).

Las actitudes que tengamos hablarán por nosotros, nuestros comportamientos serán la carta de presentación, hechos que será la única recomendación y garantizar de quienes somos y lo que somos.

#### **2.6.4. AUTOESTIMA ACADÉMICA**

Según Sarria (2009). La escuela tiene una significativa influencia sobre la imagen que los alumnos se forman de sí mismos. Los años que el alumno permanece en la escuela condicionan la autoestima, sobre todo en el plano académico.

Todo lo que recibe de los demás: valoraciones, crítica, informaciones, van dejando una huella en él. El rol del centro educativo y de los profesores es de máxima importancia para el desarrollo del autoconcepto y la autoestima de sus alumnos.

La educación es el mejor medio para formar al hombre y ayudarlo a potenciar sus cualidades, destrezas, actitudes e interés que fortalezcan el desarrollo cognitivo, afectivo, social, académico y psicológico del educando. Su misión es potenciar la seguridad, confianza en sí mismo, amor propio que potencie su autoestima.

Por otro lado Zúñiga citado por García (2005). Revela que la relación entre autoestima y rendimiento académico ya que si un estudiante se siente confiado en una situación de aprendizaje, estará más abierto y con mejor disposición para aceptar cambios, y a la vez para estimularlo para entrar en el aprendizaje de todo corazón. Pero si un estudiante posee baja autoestima, se siente temeroso, o percibe pocas posibilidades de éxito, él o ella tratarán de evitar cambios; encontrarán vías de escaparse de la clase o asignar a alguien más para que le hagan la tarea, o hacer solo un mínimo esfuerzo. (p.49).

La confianza que tenga el estudiante en si mismo le dará seguridad a la hora de adquirir conocimientos y realizar las tarareas académicas, y resolver conflictos que se le presente de forma espontánea, asimile los conocimientos, valores y construya sus aprendizajes motivado desde su autonomía.

Ríos & Milán (2008). Manifiestan que una autoestima alta en los alumnos tiene una actitud de confianza en sí mismo, actúan con seguridad y se siente capaz y responsable por lo que siente, piensa y hace. Es una persona integrada que tiene capacidad de autocontrol y es capaz de autorregularse en la expresión de sus impulsos. (p.30).

- Estos son alumnos que cuidan su aspecto personal y se desenvuelven adecuadamente.
- Tiene confianza en sí mismos al realizar las tareas
- Son receptivos a las críticas de sus profesores, pero también son capaces de expresar sus criterios o diferencias con respeto y asertividad.
- Son alumnos responsables
- Toma la iniciativa en el contacto social y a su vez es buscado por sus compañeros

- Establece de forma adecuada relaciones con sus profesores y con otras personas de mayor jerarquía
- Su comunicación con los otros es clara y directa
- Asume una actitud de compromiso, se interesa por las tareas y es capaz de orientarse por las metas que se propone
- Se esfuerza y es constante a pesar de sus dificultades. No se angustia en exceso frente a los problemas, pero se preocupa por encontrar soluciones
- Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades y esfuerzos
- Tiene una actitud creativa
- Es capaz de trabajar en grupo con sus compañeros

## **2.7. LA AUTOESTIMA DETERMINA LA AUTONOMÍA PERSONAL**

El confiar en uno mismo, le permite estar seguro de lo que se es, se tiene y se posee como persona para satisfacer necesidades, sueños, objetivos e ideales cuyo fin último es la felicidad.

Alcántara, J. (2004). Sostiene que entre los objetivos principales de la educación, la formación de los alumnos autónomos, autosuficientes, seguros de sí mismo, capaces de tomar decisiones y de aceptarse a sí mismos, es decir que se sientan a gusto consigo mismos, encuentren su propia identidad en las crisis de independencia de la adolescencia y sepan orientarse en medio de una sociedad en permanente mutación. Para todo esto se necesita desarrollar una buena autoestima positiva. Es a partir de esta certeza que la persona elige las metas que quiere conseguir, decide qué actividades y conductas son significativas para él y asume la responsabilidad de conducirse a sí mismo, sin dependencia de otros ni apoyos del medio. En cambio, es penoso contemplar a la persona que se considera insignificante, siempre menesterosa, mendigando el auxilio del

prójimo, arrimándose al sol que más calienta, indeciso, buscando a quién obedecer y de quién depender. (p.13).

François (2009), propone los rostros cotidianos de la autoestima al manifestar que la autoestima es como nos vemos y si nos gusta o no lo que vemos lo que es vital para nuestro equilibrio psicológico.

<b>TÉRMINO</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>INTERÉS DEL CONCEPTO</b>
Tener confianza en si mismo	Crear en la propias capacidades para actuar eficazmente (anticipación de la acción)	Subraya la importancia de las relaciones entre la acción y la autoestima
Estar contento (a), satisfecho (a) de si mismo (a)	Satisfacer con los propios actos (evaluación de la acción)	Sin autoestima, ni siquiera los éxitos se ven como tales
Estar seguro de uno mismo (1)	Tomar decisiones, perseverar en la propia opción	Recuerda que una buena autoestima se asocia, a una estabilidad de decisiones
Estar seguro de uno mismo (2)	No dudar de las propias competencias y puntos fuertes, sea cual sea el contexto.	Una buena autoestima permite expresar lo que se es en cualquier circunstancia
Amor a uno mismo	Ser benevolente con uno mismo, sentirse satisfecho de si	Recuerda el componente afectivo de la autoestima
Amor propio	Tener un sentimiento muy (demasiado) de su dignidad	La autoestima sufre sobre todo por las criticas
Autoconocimiento	Poder describirse y analizarse de modo preciso	Es importante saber quién se es para estimarse
Autoafirmación	Defender los propios puntos de vista e intereses ante los demás	La autoestima necesita a veces, defender su territorio
Autoaceptación	Integrar las cualidades y defectos para llegar a una imagen globalmente buena (o aceptable) de sí mismo	Tener defectos no impide una buena autoestima
Crear en sí mismo	Soportar las travesías del desierto, sin éxito o refuerzos para alimentar la autoestima	A veces la autoestima no se alimenta de éxitos si no de una convicciones y de una visión de si misma
Tener una buena idea de uno mismo	Estar convencidos de que se puede acceder a objetivos elevados	Ambición y autoestima suelen estar estrechamente vinculados
Estar orgulloso de sí mismo	Aumentar el sentimiento del valor personal a consecuencia de un éxito	La autoestima necesita ser alimentada con éxito

## 2.8. MI VALÍA EN MIS RELACIONES CON EL OTRO

Para la doctora Díaz, Damalin (2013) la creencia profunda que tenemos con respecto al valor como persona. Es una creencia profunda que está más adentro de los pensamientos que se producen normalmente en un momento cualquiera. Pertenece aun capa de pensamientos grabados en la mente, generalmente poco conscientes, y con una gran autoridad o capacidad de determinación. Ejemplos de esas creencias profundas son: “yo no sirvo para eso”, “soy tímido” (a), “soy feo (a), “no aprendo”, “soy un fracaso”, etc. Son pensamientos que en algún momento de sus vidas aceptan como verdaderos y de allí en adelante permiten que definan su vida. Desde entonces determinan la manera en que piensan. Determinan el tipo de pensamientos que emiten en sus pensamientos que admiten en su mente y determinan la acción constructiva o destructiva de esos pensamientos. (p.150).

La buena noticia es que estas creencias se pueden modificar, y depende de cada uno de nosotros el alimentar o desechar estos pensamientos que nos dañan y terminan con nuestra imagen ante nosotros y los que nos rodean. A sí mismo la doctora expone los tres componentes que tiene la autoestima:

- Cognitivo: que indica idea, opinión, creencias, percepción y procesamiento de la información.
- Afectivo: conlleva la valoración de lo que en nosotros hay de positivo o de negativo, implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, que siente la persona de sí misma.
- Conductual: se refiere a la tensión, intención y actuación que hace la persona por sí misma.

Todo lo que internamente soy, refleja en el momento de interactuar con el contexto ya sea positivo o negativo, cuyo espejo es lo que soy en pensamientos.



Los autores: Beauregard, Bouffard & Duclos (2005). Al escribir mi valía en las relaciones con el otro. Manifiestan que:

Gracias a la retroalimentación de las personas de su entorno, el niño aprende a conocerse y a conocer su ambiente, según las experiencias que vive, llega a definir sus características , sus necesidades y su sentimientos al igual que sus capacidades físicas, intelectuales y sociales. De todo ello extrae un conocimiento de sí mismo que se convertirá en el fundamento de su identidad.

En el conocimiento de sí mismo tiene una gran influencia las personas que hay a su alrededor. En presencia de ellas realiza una multitud de actividades físicas, sociales e intelectuales en el transcurso desarrolla habilidades de las que va tomando conciencia poco a poco. Conocerse a sí mismo hace brotar en los sentimientos de ser únicos en el mundo y que puede conseguir la estima de los demás.

Para llegar a vivir plenamente un sentimiento de pertenencia, debe hacer un largo aprendizaje de habilidades, colaboración y cooperación. Estos aprendizajes forman parte del proceso de socialización. Algunos niños encuentran mucha dificultad para la relación social, porque no han adquirido las habilidades necesarias para resolver conflictos y vivir relaciones de armonía con los demás.

Esta falta de habilidades sociales se manifiestan muchas veces en el aislamiento donde el niño es rechazado verbal o físicamente. A través de actividades convenientes seleccionadas, aprenderán a superar y controlar su egocentrismo para desarrollar mejores relaciones con los demás. Este aprendizaje se apoya en una buena autoestima. (p.19).

### **3. EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA DE LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y AUTOESTIMA**

Al ser la familia la base de la sociedad es de vital importancia dotarla de atención y velar por el desarrollo bio-psicosocial de sus integrantes para garantizar la salud emocional de los mismos. Puesto que una familia disfuncional donde el comportamiento inadecuado o inmaduro de uno de los padres inhibe el crecimiento de la individualidad y la capacidad de relacionarse sanamente los miembros de la familia ya sea de forma emocional, psicológica y/o espiritual. Para evaluar la disfuncionalidad familiar se puede recurrir a entrevistas, fichas, cuestionarios, test como los que se menciona a continuación: FF-SIL el mismo que mide cohesión, armonía, comunicación, afecto, adaptabilidad, rol y permeabilidad; CESF que evalúa la cohesión y adaptabilidad; CSF mide satisfacción familiar y funcionamiento familiar, C.A-M//C.A.P valora la comunicación padres- hijos, el dialogo en la comunicación y las dificultades en la comunicación

Para la investigación se seleccionó el cuestionario EFF (cuestionario de funcionamiento familiar), tiene como objetivo evaluar la percepción de un miembro de la familia con respecto a la funcionalidad de su familia, este instrumento fue elaborado por Atri en Velasco & Luna (2006), está constituido por seis escalas, que contiene en total 40 reactivos, basados en la escala de Likert, el mismo que utiliza cinco opciones para valorar cada reactivo: totalmente de acuerdo (5), de acuerdo (4), ni de acuerdo ni en desacuerdo (3), en desacuerdo (2) y totalmente en desacuerdo (1). Esta escala ayuda medir las siguientes dimensiones: involucramiento afectivo funcional, involucramiento afectivo disfuncional, patrones de comunicación disfuncionales, patrones de comunicación funcionales, resolución de problemas y patrones de control de conducta.

## **Test de autoestima**

Y para medir la autoestima se utilizó el cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) de García & Musitu (1999), se compone de 30 ítems, a los que se responde mediante una escala Likert de 1 a 5: (1) nunca, (2) pocas veces, (3) algunas veces, (4) muchas veces y (5) siempre. Este cuestionario mide cinco dimensiones: Autoestima académica, Autoestima social, Autoestima emocional, Autoestima familiar y Autoestima física. Autoestima académica: El contenido de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo.

### **3.1. INVOLUCRAMIENTO AFECTIVO FUNCIONAL**

Consta de 17 reactivos positivos represente el grado en que la familia muestra interés y valora a cada miembro de la familia, y denota la habilidad para responder con una amplia gama de emociones, así como la capacidad de proporcionar cuidados, afecto y bienestar.

El involucramiento afectivo se refiere a como la familia muestra interés y valora las actividades de cada miembro de la familia. El meollo está en la cantidad y calidad de comunicación que los miembros de la familia muestran uno hacia el otro. La ausencia del involucramiento muestra desinterés en las actividades y o el bienestar de los demás, el involucramiento desprovisto de afecto es escaso a nivel afectivo y que se manifiesta con mayor intensidad en la naturaleza intelectual, el involucramiento narcisista hay interés en el otro solo si se beneficia a sí mismo; empatía en relación a las actividades significativas del otro, el sobreinvolucramiento es el exceso interés de uno hacia el otro. Las respuestas afectivas aluden a la habilidad de la familia para responder con una amplia gama de emociones, según el tipo de estímulo tanto en calidad como en cantidad. La cantidad de respuesta afectiva está relacionada con el grado de respuesta afectiva y describe un continuo desde la ausencia de respuestas hasta una respuesta exagerada

aquí se distinguen dos categorías de afecto: sentimientos de bienestar (afecto, ternura, amor, consuelo, felicidad, etc.) y sentimientos de crisis (coraje, miedo, depresión, tristeza, etc.).

### **3.2. INVOLUCRAMIENTO AFECTIVO DISFUNCIONAL**

Incluye 11 reactivos negativos en el nivel afectivo familiar, implica una sobrecarga en algún miembro de la familia.

### **3.3. PATRONES DE COMUNICACIÓN DISFUNCIONAL**

Agrupados 4 reactivos tienen que ver con aspectos negativos de la comunicación tanto verbal como no verbal, enfocados en una marcada dificultad en el intercambio de información en el área afectiva.

### **3.4. PATRONES DE COMUNICACIÓN FUNCIONAL**

Está conformado por 3 reactivos que se refieren al intercambio de información verbal principalmente en el área instrumental (se relaciona con aspectos mecánicos de la vida diaria como sustento económico, alimento, ropa, casa, transportación, etc.).

La facilidad de comunicarse en un área supone la facilidad para comunicarse en la otra, sin embargo algunas familias exhiben marcada dificultad en la comunicación afectiva, mientras funcionan muy bien en la comunicación instrumental, destacándose los estilos de comunicación que son cuatro: comunicación clara y directa, comunicación clara e indirecta, comunicación confusa y directa y comunicación confusa e indirecta, puesto que cuanto más enmarcados sean los patrones de comunicación familiar, más ineficiente será el funcionamiento familiar, y cuanto más clara y directa sea la comunicación, más eficiente será; la comunicación confusa e indirecta provoca respuestas confusas.

### **3.5. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**

Reúne 3 reactivos y engloba las áreas como resolución de problemas, control de conducta y roles; revela que la familia es capaz de ponerse de acuerdo y que tiene una buena organización familiar y pueden resolver los problemas instrumentales que se les presente.

Resolución de problemas se refiere a la habilidad de la familia para resolver problemas a un nivel que mantengan un funcionamiento familiar afectivo. Westley & Epstein (1969) postulan que las familias ineficientes tenían más problemas que las que funcionaban eficazmente; sin embargo todas las familias enfrentan más o menos las mismas dificultades, pero las eficientes solucionan sus problemas, mientras que las ineficientes no son capaces de manejarlos. Los problemas familiares se subdividen en dos tipos instrumentales y afectivos.

Los problemas instrumentales se relacionan con aspectos mecánicos de la vida diaria (sustento económico, alimento, ropa, casa, transportación, etc.), mientras que los afectivos están vinculados con aspectos emotivos (coraje, depresión, amor, dolor, etc.). El modelo incluye siete pasos para la resolución de problemas como: la identificación del problema, que es la capacidad que tiene la familia para identificar correctamente el problema, comunicación del problema a la persona adecuada, implementar alternativas de acción, elegir una alternativa, llevar a cabo la decisión, verificar que la acción se cumpla y evaluar el éxito para resolver problemas y que la familia analice y trata de aprender de la situación y es capaz de reconocer sus errores.

### **3.6. PATRONES DE CONTROL DE CONDUCTA**

Incluye 2 reactivos pertenecientes al control de la conducta, se refiere a los patrones que adopta una familia para manejar el comportamiento, con la posibilidad de negociar y cambio dependiendo del contexto.

Los roles son patrones de conducta por medio de los cuales la familia asigna a los individuos funciones de acuerdo al ciclo vital, las cuales se dividen en dos áreas: funciones familiares necesarias y funciones familiares no necesarias. Las necesarias en las que constan la manutención económica, afectividad y apoyo, este es un rol afectivo, consiste en proporcionar a la familia cuidados, afecto, confianza y comodidad. Podemos además decir que en la gratificación sexual adulta ambos esposos deben encontrar satisfacción personal en la relación sexual y sentir que pueden satisfacer a su pareja sexualmente. En lo referente al desarrollo personal implica apoyar a los miembros de la familia, con el fin de que desarrollen habilidades para su logro personal, incluye tareas relacionadas con el desarrollo físico, emocional, educativo y social del niño así como con los intereses y desarrollo social y profesional de los adultos. El sistema de manutención y administración implica varias funciones como es la toma de decisiones, liderazgo, límites, a su vez incluye funciones y tareas concernientes a la familia extensa, amigos, vecinos, instituciones, escuelas; el control de conducta incluye la disciplina para los niños e incluso reglas para los adultos; economía doméstica, funciones relacionadas con la salud física y mental; la función de roles debe ser razonables, deben cumplirse todas las funciones necesarias para la familia, la asignación de roles debe ser razonable y no sobrecargar a ningún miembro.

La autoestima es el ingrediente principal de nuestra personalidad e identidad, sello que nos permite actuar con autenticidad por el sentido de aceptación, seguridad y valía que nos otorgamos nosotros mismos, y este falla existe el desequilibrio emocional el mismo que se lo puede evaluar por observación, fichas entrevistas y test como: RSES su objetivo es evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma, PAA mide cuatro factores cogniciones sobre sí mismo, de competencia, relación familiar y enojo.

Para el presente trabajo investigativo se eligió el cuestionario de cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) de García &

Musitu (1999), se compone de 30 ítems, a los que se responde mediante una escala Likert de 1 a 5: (1) nunca, (2) pocas veces, (3) algunas veces, (4) muchas veces y (5) siempre. Este cuestionario mide cinco dimensiones: Autoestima académica, Autoestima social, Autoestima emocional, Autoestima familiar y Autoestima física. Autoestima académica: El contenido de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo.

### **3.7. AUTOESTIMA SOCIAL**

El contenido semántico de los ítems hace referencia a la opinión que el propio individuo posee de sus relaciones sociales.

### **3.8. AUTOESTIMA EMOCIONAL**

El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que posee el individuo sobre sus propias emociones.

### **3.9. AUTOESTIMA FAMILIAR**

El contenido semántico de los ítems alude a la valoración que el propio individuo realiza de sus relaciones familiares. Representa la percepción que el adolescente tiene de su posición en la familia, por tratarse de un ítem inverso (“me siento querido/a por mis padres”).

### **3.10. AUTOESTIMA FÍSICA**

El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus características físicas posee el individuo.

### **3.11. AUTOESTIMA ACADÉMICA**

El contenido semántico de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo

#### **4. ALTERNATIVA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA**

En la presente investigación se utiliza la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes para que se fortalezca la unión familiar, se acepten, se conozcan, y confíen en quienes son y lo que son. Para mejorar la autoestima se aplicará una propuesta educativa en base al modelo de programas centrado en el desarrollo personal.

##### **3.11. DEFINICIÓN DE ALTERNATIVA**

Según Barraza (2010) la define: Como una estrategia de planeación y actuación profesional que permite a los agentes educativos tomar el control de su propia práctica profesional mediante un proceso de indagación-solución constituido por las siguientes fases y momentos.

- a) La fase de planeación. Comprende los momentos de elección de la preocupación temática, la construcción del problema generador de la propuesta y el diseño de la solución.
- b) La fase de implementación. Comprende los momentos de aplicación de las diferentes actividades que constituyen la propuesta de intervención.
- c) La fase de evaluación. Comprende los momentos de seguimiento de la aplicación de las diferentes actividades que constituyen el proyecto y su evaluación general.
- d) La fase de socialización-difusión. Comprende los momentos de: socialización, adopción y recreación. Esta fase debe conducir al receptor a la toma de conciencia del problema origen de la propuesta, despertar su interés por la utilización de la propuesta, invitarlo a su ensayo y promover la adopción-recreación de la solución diseñada (P.24-25).



### 3.12. MODELOS DE INTERVENCIÓN

Esta alternativa de intervención asimismo se basa en los siguientes modelos y principios básicos que permiten de una u otra manera vincularse con la sociedad.

- **Modelo de programas:** según los autores Rodríguez Espinar (2009). Define al programa de orientación como acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a unas metas, como respuesta las necesidades educativas de los alumnos, padres y profesores insertos en la realidad de un grupo. (p.147).

#### Fases del modelo de programas

Una intervención a través de este modelo de acción directa sobre grupos, es una garantía del carácter educativo de la orientación, y se realiza mediante las siguientes fases de aplicación:

- **Primera fase:** en la que se realiza una evaluación de las necesidades, además de establecer metas y objetivos.
- **Segunda fase:** que se refiere al diseño mismo del programa.
- **Tercera fase:** Es la ejecución del programa y la obtención de los resultados.
- **Cuarta fase:** Para la evaluación del programa en general.

#### Tipos de programas en Orientación familiar

Los criterios que se toman en cuenta para clasificar a los programas son varios, de ahí que se puede considerar: los contenidos, metodología, tipo de necesidad a satisfacer, la dinámica familiar, relación familia-escuela-sociedad, tomando en consideración la prevención o solución de problemas, situaciones especiales de la institución familiar, maltrato, riesgo, exclusión social. Es así que se destacan los siguientes:

- Programas centrados en la dinámica familiar
- Programas centrados en la relación entre la familia, la escuela y la comunidad.
- Programas centrados en el desarrollo personal.
- Programas promovidos desde los Servicios Sociales de las Administraciones Públicas.
- Programas de enfoque cognitivo-conductual
- Programas de intervención intensiva en el domicilio familiar.
- Programas multimodales o integrados.
- Programas de apoyo individual.
- Programas de apoyo social.

### **Programa centrado en el desarrollo personal.**

Según Codés, Álvarez & Fernández (2009). A este programa se lo conoce como programas de educación psicológica, humanista y también afectivo; el objetivo que persigue es desarrollar en el sujeto las competencias psicológicas precisas para que puedan enfrentar los riesgos, dificultades y problemas de la vida con el menor coste posible. Para potenciar el autoconocimiento, desarrollar habilidades de comunicación, a clarificar valores, a saber tomar decisiones, a analizar la conducta, a cooperar con los otros y a aprender a resolver conflictos. Los contenidos se centran en torno al propio conocimiento, la personalidad y competencia personal, la autoevaluación, el desarrollo de las potencialidades, la autodirección de los aprendizajes, el autogobierno, la aceptación personal y de los otros, el aprendizaje de la toma de decisiones.(p.151).

### **3.13. PRINCIPIOS DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

De acuerdo a la autora Elvira Repetto Talavera (2009) los principios de la intervención psicopedagógica son:

- valoración del contexto y del sujeto como punto de partida de toda intervención orientadora.
- Reconocimiento unánime del principio de prevención, a ser posible primaria más que secundaria.
- Emergencia del proceso de potenciación o fortalecimiento de la persona y de los roles que están valorados en su ambiente cultural (p.29).

Mientras que los autores Codés, Álvarez & Fernández (2009). En su bibliografía explican sobre:

- **Principio Evaluativo o de diagnóstico:** es un proceso de ayuda a un individuo requiere una evaluación concebida desde una doble perspectiva del conocimiento del sujeto de si mismo y de relación con el contexto. Y tiene varias fases
  - La evaluación de necesidades de los grupos destinatarios
  - La evaluación de la planificación, que define las metas u objetivos a corto y mediano plazo, permitiendo la transformación del objeto desde su estado real hasta el estado deseado.
  - La evaluación de ejecución, hace referencia como se aplicará la intervención, bajo qué condiciones, durante cuánto tiempo, qué responsables y que participantes intervendrán. Parte de los objetivos y los contenidos fundamentales para tratar de solucionar los problemas que el grupo definió y comprende el momento de métodos, procedimientos y técnicas.
  - La evaluación y control, está dirigida a determinar el crecimiento de las competencias, a evaluar las actividades desarrolladas y las relaciones con las redes sociales.
- **Principio de la Prevención:** pretende desarrollar actuaciones para promover resultados deseables desde los distintos niveles de prevención como son:

- **Primaria:** pretende reducir riesgos actuando antes que aparezca el problema.
- **Secundaria:** aminora el problema
  - **Terciaria:** trata de paliar los efectos del problema (p.98).

#### **4. CONCRECIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

Dentro de las alternativas existe diferentes tipos entre las más importantes se destaca la propuesta, el taller; se describe a continuación:

##### **4.1.1. DEFINICIÓN DE PROPUESTA EDUCATIVA**

Según el autor Oña (2010). Define la propuesta de intervención educativa como:

Una forma de acción pedagógica dirigida, principalmente, a los jóvenes y menores en situación de riesgo o en conflicto social. Posee un carácter a la vez alternativo y complementario de sistema educativo institucionalizado y persigue realizar una educación integral, global, entendiendo a cada sujeto dentro de unas circunstancias familiares y sociales que lo configuran y sobre las cuales es necesario también trabajar si se quiere realizar una intervención positiva y provocadora de cambios interiorizados. (p.70.)

Para poder intervenir en esta propuesta se necesita de la modalidad taller. El taller es definido por Careaga, Sica, Cirillo & Da Luz (2006)

Como un lugar donde se trabaja y se elabora. Es una forma de enseñar y aprender mediante la realización de algo. Se aprende desde lo vivencial y no desde la transmisión. Predomina el aprendizaje sobre la enseñanza. Se trata entonces de un aprender

haciendo, donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica concreta, realizando algo relacionado con la formación que se pretende proporcionar a los participantes. Es una metodología participativa en la que se enseña y se aprende a través de una tarea conjunta (p.5).

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORARA LA AUTOESTIMA**

Para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorara la autoestima en los estudiantes de la población investigada, se diseñará, aplicará y evaluará una propuesta educativa.

La intervención educativa reconocerá y conceptualizará distintas formas, ámbitos y modelos de intervención educativa como marco de referencia, en la que se toma en cuenta las diferencias valores que cada ser humano posee. Se necesita del educando y del educador.

Según el autor Bermejo (2004) sostiene que “Las intervenciones psicoeducativas implican un programa de actuación estructurado, orientado a objetivos más específicos” (p.55).

### **5.1. PRESENTACIÓN**

La familia como seno del amor, busca desarrollar y promover seres humanos íntegros donde su función principal es educar y posibilitar que los hijos e hijas crezcan y se desarrollen potenciando sus habilidades; la familia es muy importante para el desarrollo personal ya que en ella se consolidan una parte fundamental de las actitudes y comportamientos básicos que les ayudarán a afrontar las distintas situaciones de la vida. Es en la familia donde los hijos y las hijas adquieren la autoestima, donde aprende a valorarse y aceptarse como personas con fortalezas y debilidades; que se

reflejan de forma concreta en la forma ser y de comportarse ante las demás personas y el entorno, desde este contexto se transmite valores, amor, afectividad, comprensión, normas y pautas de comportamiento claves para el desarrollo personal y la adquisición de estilos de vida saludable.

La familia es una institución clave para el desarrollo de hombres y mujeres ya que ayuda a cada uno de sus miembros a construir una determinada autoestima y asumir responsabilidades, con el objetivo de lograr autonomía personal, lograr un sentimiento de pertenencia y apego al núcleo familiar creando un ambiente de relaciones cálidas, valorar la comunicación, la expresión de los sentimientos que facilita la interacción

Siendo de vital importancia potenciar la autoestima en los estudiantes, motivo por el cual se presenta a continuación una propuesta educativa centrada en el desarrollo personal del modelo de programas, propuesta que se efectuará en el segundo de bachillerato C de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna.

## **5.2. OBJETIVO**

Fortalecer la funcionalidad familiar para mejorar la autoestima de los estudiantes de segundo de bachillerato C de la Unidad Educativa Calasanz

## **5.3. DESARROLLO**

La intervención se desarrollará a través de la modalidad taller, el mismo que se realizará en 6 sesiones de dos periodos clase, una vez a la semana.

### **Taller 1:**

**Tema:** Conociendo a mi familia

**Objetivo:** Analizar la funcionalidad familiar para aceptarse y respetarse entre los miembros

- Saludo de bienvenida,
- Motivación: “disfruta tú café “
- Comentar sobre la motivación
- Explicar la funcionalidad familiar
- Video el saxofón

Socialización

- Evaluación escrita

### **Taller 2:**

**Tema:** Comunicación familiar

**Objetivo:** Analizar la importancia de la comunicación familiar para aplicar estrategias de comunicación y fortalecer los patrones de comunicación

- Dinámica “el teléfono dañado”
- Disertar la comunicación familiar y el afecto
- Escuchar la canción “no basta” de Franco de Vita
- Socialización acerca de la canción
- evaluación

### **Taller 3:**

**Tema:** Conflictos familiares

**Objetivo:** Saber identificar la fortalezas y debilidades que tiene su familia para saber resolver problemas acertadamente

- Dinámica “orden en el banco”
- Película los siete momentos más difíciles de la vida de una pareja
- Elaborar una carta para la familia en el que mencionen las fortalezas y debilidades que tiene como familia y subrayar lo que le agradece a su familia
- evaluación

### **Taller 4:**

**Tema:** Conócete a ti mismo

**Objetivo:** Aprender a valorarse como persona y como miembro de una familia y mejorar las relaciones sociales

- Dinámica “el espejo mágico”
- Disertación y video conócete a ti mismo
- Técnica el autorretrato

#### **Taller 5:**

**Tema:** Mi Autoestima, ¿Quién soy yo?

**Objetivo:** Reforzar el autoconocimiento para fortalecer la autoestima emocional

- Video de reflexión “hoy es un buen día para empezar” de Ricardo Arjona
- disertación tipos de autoestima
- en grupos de trabajo un collage con las características de una persona con autoestima baja y alta

#### **Taller 6:**

**Tema:** Autoestima y limitaciones

**Objetivo:** reconocer las cualidades personales para desarrollar la habilidad de la propia aceptación frente a las limitaciones personales, familiares, sociales y académicas.

- Motivación “se feliz”
- Video historias reales
- Aplicación de retest
- Evaluar el proceso realizado con los estudiantes
- Concluir y resaltar los logros alcanzados
- Clausura



## **6. VALORAR LA EFECTIVIDAD DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES**

### **6.1. DEFINICIÓN DE EVALUACIÓN**

La evaluación de programas es un proceso sistemático, implícito en el desarrollo del programa y presente en todas las fases de su aplicación. Juste (1992) la considera como un proceso sistemático, diseñado de forma intencional y técnicamente para recoger información rigurosa (valiosa, válida y fiable), cuyo objetivo en el proceso educativo es el de proporcionar un análisis científico de la información durante la recogida, análisis e interpretación de la información.

### **6.2. DEFINICIÓN DE PRE-TEST**

El pre test tiene dos propósitos; establecer un rapport básico que ayudará a facilitar el proceso de prueba, tiene el fin de comunicarle al paciente la naturaleza de los procedimientos de prueba, es necesario enfatizar la confidencialidad de los resultados

### **6.3. DEFINICIÓN DE POS-TEST**

Post-Test. Representa la oportunidad para corroborar hipótesis generales del curso de la prueba. La meta consistiría en producir datos que aumenten la calidad de los resultados de la prueba. Durante el periodo post prueba pueden aminorarse los temores o al menos confrontarlos. (Díaz, 2011, p.14).

#### **6.4. MODELO DE COEFICIENTE DE CORRELACIÓN LINEAL DE PEARSON (R PEARSON)**

El modelo de coeficiente de correlación lineal de Pearson permite medir el grado de proximidad con el que un conjunto de puntos se ubica en torno a una línea recta. “la medida de fiabilidad más empleada cuando se trata de variables continuas es el coeficiente de correlación de Pearson, basado en un modelo simple de regresión lineal de dos variables.” (Silva, 1997, pág. 65)

##### **Escala de valores del coeficiente de correlación lineal:**

El coeficiente de correlación lineal de Pearson,  $r$ , siempre toma valores comprendidos entre  $-1$  y  $1$ . El coeficiente de correlación lineal de Pearson permite analizar el grado de aproximación de la nube de puntos en una línea recta. Tenemos que:

- Si  $-1 < r < 0$ , existe correlación lineal negativa, y será más fuerte cuanto más se aproxime  $r$  a  $-1$ .
- Si  $0 < r < 1$ , existe correlación lineal positiva, y será más fuerte cuanto más se aproxime  $r$  a  $1$ .
- Si  $r = 1$  o  $r = -1$ , la correlación es una dependencia lineal.
- Si  $r = 0$ , no existe correlación lineal o las variables no están correlacionadas linealmente. Esto no excluye que las variables estadísticas puedan estar relacionadas por una correlación curvilínea. (García, Medrano, & Jiménez, 2008, pág. 310).

## f. METODOLOGÍA

La presente investigación será de tipo descriptiva, corte transversal y de diseño de correlacional y cuasi-experimental (pre-test y pos-test). **Descriptiva** porque registra las dificultades que se presenta en la realidad temática y datos característicos de los estudiantes del segundo año de bachillerato paralelo C de la Unidad Educativa Calasanz sección nocturna, de la ciudad de Loja. **Correlacional** al partir de la relación entre la funcionalidad familiar y autoestima; **cuasi-experimental** por que se realizará en la muestra de la institución antes mencionada de los adolescentes de la sección nocturna, y de **corte transversal** porque permitirá evaluar el impacto de la propuesta de intervención educativa mediante la aplicación de pre-test y pos-test.

Los métodos que permitirán llevar este proceso investigativo de una manera clara y ordenada son:

El **método científico** que será utilizado en todo el proceso investigativo, como es en la formulación del problema y definición del trabajo investigativo; cuya explicación se sustenta científicamente en el marco teórico, el mismo que reúne los elementos referidos a la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima; dando bases sólidas para la formulación de objetivos, comprensión y explicación del problema a investigar. El método **analítico** permitirá analizar la relación lógica y ordenada para la elaboración del tema, los objetivos, problemática y justificación, con la revisión bibliográfica y a la información empírica recopilada, se procederá a identificar cada una de las características de estos dos elementos; también será de utilidad para hacer el debido análisis de los resultados, a través de la elaboración tablas y gráficos, que permitan visualizar los resultados obtenidos. El **método descriptivo** con él se efectuará la explicación de los resultados y la formulación de conclusiones; el **método inductivo** se podrá establecer la problematización, además de la

construcción de los instrumentos para la recolección de la información. El **método deductivo** permitirá comprobar y contrastar los objetivos planteados, señalando los aspectos particulares contenidos en el tema general a investigar, partiendo de la observación de fenómenos generales a lo particular de las variables antes mencionadas.

Además se utilizarán el **método comprensivo** servirá para el análisis de la realidad en la que se desenvuelven los investigados, el **método de diagnóstico** permitirá conocer la situación real de la organización a través de la recolección de datos por medio de encuestas, y test, dirigido a los estudiantes, para descubrir los problemas y fortalezas, con el fin de disminuir la disfuncionalidad familiar y mejorar la autoestima. **El método de Modelación** permitirá descomponer, abstraer las determinadas cualidades para mejorar la autoestima de los estudiantes, operar y experimentar con ellos una construcción que representa de forma simplificada una realidad con la finalidad de determinar las causas de la disfunción familiar, lo que permitirá a través de una propuesta educativa fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima, y que orienta estrategias de trabajo por medio de la planificación para el logro y verificación de las relaciones del progresivo desarrollo de la teoría y la práctica.

La ejecución de la **alternativa de intervención** se empleará mediante la estrategia taller se usará para integrar la teoría y la práctica mediante la investigación operativa, el descubrimiento científico y el trabajo en equipo. Se caracteriza por la sistematización y el uso de material especializado acorde con el tema tratado. El **método estadístico coeficiente de correlación lineal** para **valoración de la alternativa** mediante la  $r$  de Pearson se lo utilizará para medir el grado de relación de las dos variables funcionalidad familiar y autoestima de forma cuantitativa. Aplicándose inicialmente el pre-test y luego de la ejecución de la alternativa de intervención se aplicó el pos-test, se procederá a comparar mediante una prueba de correlación lineal simple.

## **TÉCNICAS:**

La técnica que se utilizará, será un cuestionario para conocer la funcionalidad familiar y autoestima de los treinta estudiantes de segundo año de bachillerato, sección nocturna de la Unidad Educativa Calasanz, consta de 9 preguntas cuyas respuestas son alternativas de si o no, la misma que se aplicará como sondeo de la realidad. **(ANEXO 1)**

## **INSTRUMENTOS**

Los instrumentos serán utilizados como pre y post test que se aplicarán al inicio del taller para el diagnóstico y luego de la propuesta alternativa como pos-test.

Uno de los instrumentos a utilizarse será el cuestionario EFF (cuestionario de funcionamiento familiar), tiene como objetivo evaluar la percepción de un miembro de la familia con respecto a la funcionalidad de su familia, este instrumento fue elaborado por Atri, Velasco & Luna (2006), esta constituido por seis escalas, que contiene en total 40 reactivos, basados en la escala de Likert, el mismo que utiliza cinco opciones para valorar cada reactivo: totalmente de acuerdo (5), de acuerdo (4), ni de acuerdo ni en desacuerdo (3), en desacuerdo (2) y totalmente en desacuerdo (1). Esta escala ayuda medir las siguientes dimensiones: involucramiento afectivo funcional, involucramiento afectivo disfuncional, patrones de comunicación disfuncionales, patrones de comunicación funcionales, resolución de problemas y patrones de control de conducta.

**El involucramiento afectivo funcional** consta de 17 reactivos positivos represente el grado en que la familia muestra interés y valora a cada miembro de la familia, y denota la habilidad para responder con una amplia gama de emociones, así como la capacidad de proporcionar cuidados, afecto y bienestar.

**Involucramiento afectivo disfuncional** incluye 11 reactivos negativos en el nivel afectivo familiar, implica una sobrecarga en algún miembro de la familia.

**Patrones de comunicación disfuncional** agrupa 4 reactivos tiene que ver con aspectos negativos de la comunicación tanto verbal como no verbal, enfoca una marcada dificultad en el intercambio de información en el área afectiva.

**Patrones de comunicación funcional** está conformado por 3 reactivos se refiere al intercambio de información verbal principalmente en el área instrumental (se relaciona con aspectos mecánicos de la vida diaria como sustento económico, alimento, ropa, casa, transportación, etc.)

**Resolución de problemas** reúne 3 reactivos y engloba las áreas como resolución de problemas, control de conducta y roles; revela que la familia es capaz de ponerse de acuerdo y que tiene una buena organización familiar y pueden resolver los problemas instrumentales que se les presente.

**Patrones de control de conducta** incluye 2 reactivos pertenecientes al control de la conducta, se refiere a los patrones que adopta una familia para manejar el comportamiento, con la posibilidad de negociar y cambio dependiendo del contexto.

**Para calificar el cuestionario es necesario:**

- a. Seleccionar los reactivos que pertenecen a cada factor
- b. Sumar la calificación de los puntajes dados por el sujeto
- c. El puntaje obtenido es la calificación para ese factor
- d. Comparar el puntaje con el punto medio o punto de corte, tomando en cuenta el puntaje máximo que podemos obtener, así como el mínimo.

Para saber si la calificación de cada factor tiende hacia la categoría o definición del factor, se debe obtener el punto medio del puntaje, también llamado punto de corte, que es diferente en cada factor.

El punto de corte se obtiene multiplicando el número total de reactivos de cada factor por 3, que en la escala de Likert es un punto medio y se podrá evaluar si la persona está por encima o por debajo de este.

Para obtener el puntaje máximo se multiplica el número total de reactivos de cada factor por 5, que en la escala de Likert es el puntaje más alto, y para obtener el puntaje mínimo se multiplica el número total de reactivos de cada factor por 1, que en la escala de Likert es el puntaje más bajo asignado.

#### **Factor 1: involucramiento afectivo funcional**

Reactivos: 1,2,4,10,11,12,13,18,19,20,21,24,26,29,33,35,y 38

Total: 17 reactivos                  Reactivos en positivo

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $17 \times 3 = 51$  (punto de corte o punto medio)

Si la suma del puntaje está por arriba de 51 puntos indica que el involucramiento afectivo es funcional. El máximo puntaje a obtener es de 85 y el mínimo es 17

#### **Factor 2: involucramiento afectivo disfuncional**

Reactivos: 3,6,7,14,15,22,30,32,34,37,y 39

Total: 11 reactivos                  Reactivos negativos

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $11 \times 3 = 33$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 33 puntos existe involucramiento afectivo disfuncional.

El máximo de puntaje a obtener es de 55 y el mínimo 11.

### **Factor 3: patrón de comunicación disfuncional**

Reactivos: 5, 16,25 y 27

Total: 4 reactivos      Reactivos negativos

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $4 \times 3 = 12$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 12 existe patrones de comunicación disfuncional

El máximo de puntaje a obtener es de 20 y el mínimo 4

### **Factor 4: patrón de comunicación funcional**

Reactivos: 8,36 y 40

Total: 3 reactivos      Reactivos positivos

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $3 \times 3 = 9$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 9 existe patrones de comunicación funcional

El máximo de puntaje a obtener es de 9 y el mínimo 3

### **Factor 5: resolución de problemas**

Reactivos 17,23 y 31

Total: 3 reactivos      Reactivos en positivo

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $3 \times 3 = 9$  (punto de corte)



Si la suma del puntaje está por arriba de 9 existe el grado de resolución de problemas.

El máximo de puntaje a obtener es de 9 y el mínimo 3

### **Factor 6: patrones de control de conducta**

Reactivos 9 y 28

Total: 2 reactivos      Reactivos en positivo

Se califica de la siguiente manera:

Se suma los puntajes y se compara con el punto de corte  $2 \times 3 = 6$  (punto de corte)

Si la suma del puntaje está por arriba de 6 existe patrones de control de conducta

El máximo de puntaje a obtener es de 10 y el mínimo 2. **(ANEXO 2)**

Para medir la autoestima se requerirá del cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) de García & Musitu (1999), se compone de 30 ítems, a los que se responde mediante una escala Likert de 1 a 5: (1) nunca, (2) pocas veces, (3) algunas veces, (4) muchas veces y (5) siempre. Este cuestionario mide cinco dimensiones: Autoestima académica, Autoestima social, Autoestima emocional, Autoestima familiar y Autoestima física. Autoestima académica: El contenido de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo. **(ANEXO 3).**

- Autoestima social: El contenido semántico de los ítems hace referencia a la opinión que el propio individuo posee de sus relaciones sociales.
- Autoestima emocional: El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que posee el individuo sobre sus propias emociones.
- Autoestima familiar: El contenido semántico de los ítems alude a la valoración que el propio individuo realiza de sus relaciones familiares.

Representa la percepción que el adolescente tiene de su posición en la familia, por tratarse de **un ítem inverso** (“**me siento querido/a por mis padres**”).

- Autoestima física: El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus características físicas posee el individuo.

**Clave para calificar** el cuestionario de evaluación de la autoestima en adolescentes (AUT-AD)

**Autoestima física:**

- 5. Me cuido físicamente
- 10. Me buscan para realizar actividades deportivas
- 15. Me considero elegante
- 20. Me gusta como soy físicamente
- 25. Soy buena/o haciendo deporte
- 30. Soy una persona atractiva.

El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus características físicas posee el individuo.

**Autoestima emocional:**

- 3. Tengo miedo de algunas cosas
- 8. Muchas cosas me ponen nerviosa/o
- 13. Me asusto con facilidad
- 18. Cuando los mayores me dicen algo me pongo muy nerviosa/o
- 23. Me pongo nerviosa/o cuando me pregunta el profesor/a
- 28. Me siento nervioso/a.

El contenido semántico de los ítems alude a la opinión que de sus propias emociones posee el individuo.

### **Autoestima familiar**

- 4. Soy muy criticado/a en casa
- 9. Me siento feliz en casa
- 14. Mi familia está decepcionada de mí
- 19. Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas
- 24. Mis padres me dan confianza
- 29. Me siento querido/a por mis padres.

El contenido semántico de los ítems alude a la valoración que el propio individuo realiza de sus relaciones familiares.

### **Autoestima académica**

- 1. Hago bien los trabajos escolares
- 6. Mis profesoras/es me consideran un buen trabajador/a
- 11. Trabajo mucho en clase
- 16. Mis profesoras/es me estiman
- 21. Soy un buen estudiante
- 26. Mis profesores/as me consideran inteligente y trabajador/a.

El contenido semántico de los ítems se refiere a la opinión que de sus aptitudes académicas tiene el propio individuo.

### **Autoestima social**

- 2. Consigo fácilmente amigos/as
- 7. Soy una persona amigable
- 12. Es difícil para mí hacer amigas/os
- 17. Soy un chico/a alegre
- 22. Me cuesta hablar con desconocidos/as
- 27. Tengo muchos amigos/as.

El contenido semántico de los ítems hace referencia a la opinión que el propio individuo posee de sus relaciones sociales.

Para el cumplimiento de los objetivos se procedió de la siguiente manera.

Para el objetivo teórico se procederá a hacer revisión bibliográfica de los fundamentos teóricos que permitan sustentar científicamente la funcionalidad familiar y la autoestima de acuerdo a las normas APA.

Para cumplir con el segundo objetivo y diagnosticar la funcionalidad familiar y la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo "C", sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, se utilizará el cuestionario EFF (cuestionario de funcionamiento familiar), **(ANEXO 2)**.

Para medir la autoestima se utilizó el cuestionario de Evaluación de la Autoestima para adolescentes (AUT-AD) **(ANEXO 3)**.

Cabe recalcar que para la aplicación de test o escalas se debe seguir un reglamento donde el examinador cree un buen clima y haga ver a los encuestados que la escala va a contribuir a su propio bienestar y beneficio, recordándoles que no hay respuestas buenas ni malas. Sepan que deben responder con toda la sinceridad posible, sin entretenerse en cada pregunta, ni conversar con el compañero, que tiene que resolverlo de forma personal y espontánea, con la primera respuesta que se le ocurra. Deben marcar con una x, si tiene alguna duda pueden llamar al encuestador, por ningún motivo deben creer que es un examen o una evaluación, ya que distorsionaría la esencia de la aplicación.

El examinador no intervendrá, ni resolverá ninguna escala, igualmente, el docente de aula, solo si el caso lo amerita, lo hará sutilmente. Asimismo, se solicita que el examinador no puede intervenir, manipular o influir en la toma de decisiones de los resultados.

Para el objetivo tres se diseñará la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes, se planificará mediante seis sesiones a ejecutarse con la modalidad taller (**ANEXO 4**). Los temas serán programados, seleccionados y planificados con sus respectivos objetivos, materiales y metodología que se detallan en los anexos.

Para el cumplimiento del cuarto objetivo se procederá a ejecutar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes.

Finalmente para valorar la efectividad de la propuesta alternativa a intervenir, se utilizará el modelo de coeficiente de correlación lineal de Pearson (r Pearson). La fórmula correspondiente es:

$$r = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

En donde:

N= Tamaño de la población

Σ= Sumatoria

X= Pretest

Y= Postest

Mediante el mismo se pretende determinar la relación y explicar la relación entre los resultados del pre-test y pos-test y principalmente de qué manera la propuesta de intervención educativa contribuirá a fortalecer de la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes.

## Población

La población está conformada por el universo de 680 estudiantes de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna de la ciudad de Loja, y la muestra que consta en el siguiente cuadro:

	ESTUDIANTES	TOTAL
Segundo "C"	30	30

**FUENTE:** Secretaría General de la Unidad Educativa Calasanz, sección nocturna  
**Elaboración:** Susana Magdalena Jiménez Achupallas

**Procedimiento:** Se procederá a pedir a las autoridades de la Unidad Educativa Calasanz la autorización para realizar todo el proceso investigativo como el sondeo (diagnóstico), aplicación de la propuesta alternativa, también se establecerá un compromiso institucional a través de la firma de una carta de intención por parte del Coordinador de la Carrera de Psicología Educativa y del Rector del colegio; luego de ello también se solicitará el consentimiento de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C.

Con los posteriores datos obtenidos en la investigación de campo, y la utilización de la estadística descriptiva, se procederá a organizar, precisar e interpretar los resultados, los mismos que en el proceso de análisis- síntesis, inducción-deducción permitirán obtener respuestas claras al problema planteado, y cumplir con los objetivos, concretando finalmente la discusión de los resultados para establecer sus respectivas conclusiones y recomendaciones.

Para trabajar los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, se utilizará programas informáticos como Excel, Word y el programa Minitab (es un programa de computadora diseñado para ejecutar funciones estadísticas básicas y avanzadas de forma gráfica. Combina el uso de Microsoft Excel con la capacidad de ejecución de análisis estadísticos. El programa incorpora opciones vinculadas a las principales técnicas de

análisis estadístico (análisis descriptivo, contrastes de hipótesis, regresión lineal y no lineal, etc.), para presentar cuadros y gráficos; a su vez en la redacción del análisis e interpretación se utilizará la técnica del ROPAI (recoger información de las preguntas, organizar en tablas estadísticas, presentar gráficas, analizar y finalmente interpretar).





## **h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO**

### **RECURSOS INSTITUCIONALES:**

Universidad Nacional de Loja  
Unidad Educativa CALASANZ

### **RECURSOS HUMANOS:**

Directivos del colegio.  
Investigadora.  
Estudiantes del colegio.

### **RECURSOS ECONÓMICOS**

<b>FINANCIAMIENTO</b>	
<b>MATERIALES</b>	<b>COSTO aprox.</b>
Computador	\$ 700
Memoria extraíble	\$ 15
Comunicación	\$ 35
Compra de útiles de escritorio	\$ 100
Copias	\$ 100
Impresiones	\$ 250
Anillados	\$ 20
Material Bibliográfico	\$ 80
Material computarizado e internet	\$ 30
Transporte	\$ 60
Imprevisto	\$100
<b>TOTAL:</b>	<b>\$2930</b>

### **FINANCIAMIENTO**

El financiamiento del trabajo investigativo será asumido por la investigadora de acuerdo al siguiente presupuesto.

## **i. BIBLIOGRAFÍA**

- Estremero & Gacia (2008). Familia y ciclo vital familiar. Recuperado <http://www.foroaps.org/files/4%20familia%20y%20ciclo%20vital.pdf>
- Chávez, J. (1992). Introducción a la medicina familiar. Universidad Autónoma de San Luis Potosí
- Canales, J. (1013). Suicidio: decisión definitiva al problema temporal. Para dejar de sufrir, no es necesario que mueras. Estados Unidos.
- Smalley, G. (2011). Amor verdadero, disfrute del matrimonio que siempre ha deseado. Ed. Portavoz. California
- García Madruga Juan Antonio, Delval Juan (Coords.)(2010). Psicología del desarrollo I. universidad Nacional de Educación a Distancia. Madrid.
- Franco, E. (2005). La comunicación en la familia. Ed. Palabra. Quinta ed. Madrid- España
- Estévez, Jiménez & Gonzalo (2007). Relaciones entre padres e hijos adolescentes. Ed. Culturales valencianas
- Narramore, B. (2005). Guía de educación infantil. Barcelona
- Comunicación, guía para los padres. Madrid más salud. Recuperado de [www. Madridsalud.es](http://www.Madridsalud.es)
- UNICEF (2003). Talleres para trabajar en familia. Te suena familiar.
- Montoya & Sol (2004). Autoestima/ estrategias para vivir mejor con técnicas PNL y desarrollo humano. Ed. Pax México.
- Serrano, M. (2002). La educación para la salud del siglo XXI comunicación y salud. 2ª edición. Segovia
- Riso, Walter (2012). Enamórate de ti. El valor imprescindible de la autoestima (aprendiendo a quererse a sí mismo? Ed. Océano de México, S.A. de C.V.
- Alcántara, J. (2004). Educar la autoestima. Métodos técnicas y actividades. España.
- François, C. (2009). La autoestima. Gustarse a uno mismo para mejor vivir con los demás. Ed. Kairos, S.A. Barcelona.

- Díaz, D. (2013). Tienes la herramientas, aprende a utilizarlas, estrategias y consejos educativos para maestros, padres y estudiantes. Estados Unidos
- Beauregard, Bouffard & Duclou (2005). Autoestima para quererse más y relacionarse mejor. Ed. NARCEA, S.A. Canadá.
- Barden, Nathaniel (2008). Desarrollo de la autoestima. Recuperado <http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>
- Calderón, Antonio (2010). Congreso maulino de discernimiento teológico. Ponencia la autoestima y el desarrollo social humano. Una aproximación desde la salud.
- Promoción de la salud mental (2010), identidad y autoestima/ Tercero de atención de enfermería. Liceo Academia Nacional.
- Mediadores. La autoestima familiar (2009). Programa integral de desarrollo educativo familiar. La autoestima familiar. Madrid
- Corporación humanizando (2012). Familia autoestima familiar. Recuperado <http://www.slideshare.net/corhumanizando/familia-autoestima-familiar>
- Ruiz, Yolanda (2011). Curso de autoestima y habilidades sociales. Recuperado [http://www.asafa.es/wp-content/uploads/2011/04/CURSO-DE-AUTOESTIMA-Y-HABILIDADES\\_SOCIALES.pdf](http://www.asafa.es/wp-content/uploads/2011/04/CURSO-DE-AUTOESTIMA-Y-HABILIDADES_SOCIALES.pdf)
- García, Lita del Carmen (2005). Autoconcepto, autoestima y su relación con el rendimiento académico. Universidad autónoma de Nueva León. Facultad de psicología, división de estudios de Post-Grado
- Ríos & Milán (2008). Autoestima relacionada con el desempeño escolar. [http://servicios.encb.ipn.mx/tutorias/formatos/TESINAS/Autoestima%20relacionado%20con%20el%20desempe%C3%B1o%20escolar\\_RiosM.D.yMillanT.S.pdf](http://servicios.encb.ipn.mx/tutorias/formatos/TESINAS/Autoestima%20relacionado%20con%20el%20desempe%C3%B1o%20escolar_RiosM.D.yMillanT.S.pdf)

- Sarria, J. (2008). La autoestima en el ámbito escolar. Instituto Educativo Privado Enrique M. Espinosa
- Codés, Álvarez & Fernández (2009). Orientación familiar. Contextos, evaluación e intervención. Ed. Sanz y Torres
- Hernández J. (2012). Ciclo vital humano. Recuperado <http://www.slideshare.net/Powerman5000/a-ciclo-vital-humano>
- Gentile, A. (2010). Qué es un programa de educación. Recuperado [http://www.fpsico.unr.edu.ar/congreso/mesas/Mesa\\_15/gentile\\_quees\\_unprograma.pdf](http://www.fpsico.unr.edu.ar/congreso/mesas/Mesa_15/gentile_quees_unprograma.pdf)
- Pineda & Aliño. (2013). Concepto de adolescencia. Recuperado [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo\\_i\\_el\\_concepto\\_de\\_adolescencia.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf)
- Tapia, A. (1991) citado por (Motivación escolar). Recuperado <http://www.motivacionescolar.blogspot.com/2011/02/la-motivacion-escolar.html>
- Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos. (2012). Hábitos de lectura en Ecuador octubre 2012. Recuperado [http://www.inec.gob.ec/documentos\\_varios/presentacion\\_habitos.pdf](http://www.inec.gob.ec/documentos_varios/presentacion_habitos.pdf)
- ALDECOA, J. (2008). La educación de nuestros hijos. (Ed 2da). Ediciones temas de hoy. España.
- Arancibia, Herrera & Strasser. (2011). Psicología de la educación. (Ed 2da). México
- Arranz, J. & Delgado, A. (2010). Desarrollo psicológico en las nuevas estructuras familiares. Ed. Pirámide
- Barraza, A. (2010). Elaboración de propuesta de intervención educativa. Universidad pedagógica de Durango. Ed. México.
- Jaulín, P. (Ed1era.). (2008). Sociología de la familia. Sevilla
- Ministerio de Justicia Derechos Humanos y Cultos, diagnóstico sociofamiliar para la atención de los y las adolescentes en los CAI,s febrero 2011. Recuperado <http://www.lahora.com.ec/frontEnd/images/objetos/Infor>.

- Vargas, J & Ibanez, J. (2007). Solucionando los problemas de pareja y familia: fundamentos teóricos y alternativas de solución a los conflictos desde la perspectiva del vínculo. Ed. Pax México.
- Dra. Gómez, D. (2013). Teorías de la funcionalidad familiar. Recuperado <http://www.slideshare.net/deybi29/teorias-de-funcionalidad-familiar-23825943>
- Organización de la adolescencia (2009). Recuperado [http://www.adolescenciaalape.org/sites/www.adolescenciaalape.org/files/EI%20desarrollo%20de%20la%20Autoestima%20en%20adolescentes\\_0.pdf](http://www.adolescenciaalape.org/sites/www.adolescenciaalape.org/files/EI%20desarrollo%20de%20la%20Autoestima%20en%20adolescentes_0.pdf)
- Albaladejo, J. (2011). ¿de verdad tienes una alta autoestima? Compruébalo. Ed, Club Universitario. España
- Bermejo, F. (2004). Aspectos familiares y sociales del paciente con demencia. Madrid: Edigrafos.
- Repetto, E. (2009). Modelos de orientación e intervención psicopedagógica. Vol. I. marco conceptual metodológico. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Madrid.
- Oña, J. (2010). Educación de calle y desarrollo comunitario. Una experiencia educativa en contextos de exclusión. Ed. Cáritas Española Editores. España.

## MATRIZ DE CONSISTENCIA LÓGICA

Tema	Pregunta	Objetivos					Variables		Esquema del marco teórico
<b>PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FORTALECER LA FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO C, SECCIÓN NOCTURNA, DE LA UNIDAD EDUCATIVA CALASANZ, LOJA 2013-2014</b>	¿De qué manera la propuesta de intervención educativa contribuirá a fortalecer de la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014?	<b>General:</b>					Dependiente	Independiente	1. Funcionalidad familiar 1.1. Teorías de la funcionalidad familiar 1.2. Definición de familia 1.3. Función de la familia 1.4. Tipología de familia 1.5. Ciclo evolutivo de la familia 1.6. Organización familiar 1.6.1.1. Familia funcional 1.6.1.2. Familia disfuncional 1.7. Estilos de crianza 1.8. Comunicación familiar 1.8.1. Estilos de comunicación en la familia 1.8.2. Repercusión del estilo comunicativo en los hijos 1.9. Actitudes y métodos para mejorar la comunicación 2. Autoestima 2.1. Bases Teóricas de la autoestima 2.2. Definición autoestima 2.3. Desarrollo de la autoestima en la adolescencia 2.4. Importancia de la autoestima 2.5. Tipos de autoestima 2.5.1.1.1. Autoestima alta 2.5.1.1.2. Autoestima baja 2.6. Dimensiones de la autoestima 2.6.1.1.1. Autoestima personal 2.6.1.1.2. Autoestima familiar 2.6.1.1.3. Autoestima social 2.6.1.1.4. Autoestima académica 2.7. La autoestima determina la autonomía personal 2.8. Mi valía en las relaciones con el otro 3. Evaluación diagnóstica de la funcionalidad familiar y autoestima 3.1. Involucramiento afectivo funcional, 3.2. Involucramiento afectivo disfuncional,
		Diseñar una propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014					Funcionalidad familiar	Autoestima	
		<b>ESPECÍFICOS</b>					Encuesta	AUT-AD	
		1	2	3	4	5			
Sistematizar los referentes teóricos para fundamentar científicamente sobre la funcionalidad familiar y la autoestima	Diagnosticar la funcionalidad familiar y la autoestima de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014	Diseñar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014	Aplicar la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014	Validar la efectividad de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo C, sección nocturna, de la Unidad Educativa Calasanz, Loja 2013-2014					

									<p>3.3. Patrones de comunicación disfuncional,  3.4. Patrones de comunicación funcional,  3.5. Resolución de problemas  3.6. Patrones de control de conducta.  3.7. Autoestima académica  3.8. Autoestima social,  3.9. Autoestima emocional  3.10. Autoestima familiar  3.11. Autoestima física.  3.12. Autoestima académica  4. Alternativa de intervención para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima  4.1. Definición de alternativa  4.2. Definición de programa  4.3. Programas centrado en el desarrollo personal  4.4. Fases del modelo de programas  4.5. Tipos de programas en Orientación familiar</p> <p>5. Propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes  5.1. Propuesta educativa  5.2. presentación  5.3. objetivo  5.4. desarrollo  6. Valorar la efectividad de la propuesta de intervención educativa para fortalecer la funcionalidad familiar y mejorar la autoestima de los estudiantes  6.1. Definición de evaluación  6.2. Definición de pre-test  6.3. Definición de pos-test  6.4. Modelo de coeficiente de correlación lineal de Pearson (<math>r</math> Pearson)</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---

## ANEXO 2



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

El siguiente cuestionario fue elaborado con fines académicos, con el objetivo de obtener datos relevantes que permita la elaboración de un proyecto viable que beneficie a familias y estudiantes.

Se le agradece al encuestado (a), la mayor sinceridad en sus respuestas, debido a que la información que se aporte es confidencial y servirá para el diseño de los lineamientos generales para el funcionamiento familiar y autoestima del estudiante

1. En mi familia existen manifestaciones de cariño

Si ( ) No ( )

Porqué.....  
.....

2. En mi familia las decisiones importantes las tomo:

Yo	Si	( )	No	( )
Papá	Si	( )	No	( )
Esposa /o	Si	( )	No	( )
Mamá	Si	( )	No	( )
Los dos	Si	( )	No	( )
Toda la familia	Si	( )	No	( )

3. En mi familia podemos conversar diversos temas sin temor

Si ( ) No ( )

4. En mi familia todos colaboran en las actividades diarias

Si ( ) No ( )

5. Me siento satisfecho conmigo mismo

Si ( ) No ( )  
Si ( ) No ( )



6. Esta satisfecho con su rendimiento académico  
Si ( ) No ( )

7. Creo que tengo un buen número de cualidades  
Si ( ) No ( )

8. Siente satisfacción de su esquema corporal  
Si ( ) No ( )

Porqué.....  
.....

9. Consigue amigos con facilidad  
Si ( ) No ( )  
Si ( ) No ( )

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

### ANEXO 3

#### Cuestionario de Evaluación del Funcionamiento Familiar (EFF)

Atri (2006), tomado de Velazco y Luna (2006). Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja.  
México: Pax.

**Instrucciones.** Ponga una "x" al número que represente la situación de su familia siguiendo la escala que se le presen a continuación.

Escala:  
Totalmente de acuerdo (5)  
De acuerdo (4)  
Ni de acuerdo ni en desacuerdo (3)  
En desacuerdo (2)  
Totalmente en desacuerdo (1)

Mi familia me escucha	1	2	3	4	5
Si tengo dificultades, mi familia estará en la mejor disposición de ayudarme	1	2	3	4	5
En mi familia ocultamos lo que pasa	1	2	3	4	5
En mi familia tratamos de resolver los problemas entre todos	1	2	3	4	5
5. No nos atrevemos a llorar frente a los demás miembros de la familia	1	2	3	4	5
Raras veces platico con mi familia sobre lo que pasa	1	2	3	4	5
Cuando se me presenta algún problema, me paraliza	1	2	3	4	5
En mi familia acostumbramos discutir nuestros problemas	1	2	3	4	5
Mi familia es flexible en cuanto a las normas	1	2	3	4	5
En familia nos ayudamos desinteresadamente	1	2	3	4	5
En mi familia expresamos abiertamente nuestras emociones	1	2	3	4	5
En mi familia todos nos sentimos parte de ella	1	2	3	4	5
Cuando alguien de mi familia se enoja, lo externa	1	2	3	4	5
Mi familia es indiferente a las necesidades afectivas de cada uno de los miembros	1	2	3	4	5
Las tareas que le corresponden a los miembros de mi familia sobrepasan su capacidad para cumplirlas	1	2	3	4	5
Cuando alguien de mi familia tiene un problema, lo platicamos entre todos	1	2	3	4	5
En mi familia nos ponemos de acuerdo para repartir los quehaceres de la casa	1	2	3	4	5
En mi familia expresamos abiertamente nuestro cariño	1	2	3	4	5
mi familia nos sentimos apoyados entre sí	1	2	3	4	5
En casa acostumbramos a expresar nuestras ideas	1	2	3	4	5
Me duele ver sufrir a otro miembro de mi familia	1	2	3	4	5
En casa nos avergüenza mostrar nuestras emociones	1	2	3	4	5
En casa, si falla una decisión, intentamos una alternativa	1	2	3	4	5
En mi familia hablamos con franqueza	1	2	3	4	5
En mi casa las opiniones de los miembros no son tomadas en cuenta	1	2	3	4	5
Las normas familiares están bien definidas	1	2	3	4	5
En mi familia no expresamos abiertamente los problemas	1	2	3	4	5
En mi familia, si una regla no se puede cumplir, la modificamos	1	2	3	4	5
Somos una familia cariñosa	1	2	3	4	5
En casa no tenemos un horario para comer	1	2	3	4	5
Cuando no se cumple una regla en mi casa, sabemos cuáles son las consecuencias	1	2	3	4	5
En mi familia no se respeta la vida privada de cada miembro	1	2	3	4	5
Si alguien de mi familia se enferma, se le atiende	1	2	3	4	5
En mi casa, cada quien se guarda sus problemas	1	2	3	4	5
En mi casa nos decimos las cosas abiertamente	1	2	3	4	5
En mi casa logramos resolver los problemas cotidianos	1	2	3	4	5
Existe confusión acerca de lo que debe hacer cada uno de los miembros de la familia	1	2	3	4	5
En mi familia expresamos la ternura que sentimos	1	2	3	4	5
Me molesta que los miembros de la familia me cuenten sus problemas	1	2	3	4	5
En mi casa respetamos nuestras reglas de conducta	1	2	3	4	5

## ANEXO 4

### CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES (AUT-AD)

#### INSTRUCCIONES

A continuación encontrará una lista de frases que describen formas de ser y de comportarse. Piense en qué grado cada una de ellas le describe a usted y ponga un círculo en la puntuación que mejor lo define. Las respuestas posibles son:

1 Nunca	2 Pocas veces	3 Algunas veces	4 Muchas veces	5 Siempre
------------	------------------	--------------------	-------------------	--------------

Recuerda que no existen respuestas buenas o malas, lo importante es que reflejen tu opinión personal.

N° ítem		N	PV	AV	MV	S
1	Hago bien los trabajos escolares	1	2	3	4	5
2	Consigo fácilmente amigos/as	5	4	3	2	1
3	Tengo miedo de algunas cosas					
4	Soy muy criticado/a en casa					
5	Me cuido físicamente					
6	Mis profesoras/es me consideran un buen trabajador/a					
7	Soy una persona amigable					
8	Muchas cosas me ponen nerviosa/o					
9	Me siento feliz en casa					
10	Me buscan para realizar actividades deportivas					
11	Trabajo mucho en clase					
12	Es difícil para mí hacer amigos/os					
13	Me asusto con facilidad					
14	Mi familia está decepcionada de mí					
15	Me considero elegante					
16	Mis profesoras/es me estiman					
17	Soy un chico/a alegre					
18	Cuando los mayores me dicen algo me pongo muy nerviosa/o					
19	Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas					
20	Me gusta como soy físicamente					
21	Soy un buen estudiante					
22	Me cuesta hablar con desconocidos/as					
23	Me pongo nerviosa/o cuando me pregunta el profesor/a					
24	Mis padres me dan confianza					
25	Soy buena/o haciendo deporte					
26	Mis profesores/as me consideran inteligente y trabajador/a					
27	Tengo muchos amigos/as					
28	Me siento nervioso/a	5	4	3	2	1
29	Me siento querido/a por mis padres					
30	Soy una persona atractiva					

## ANEXO 5

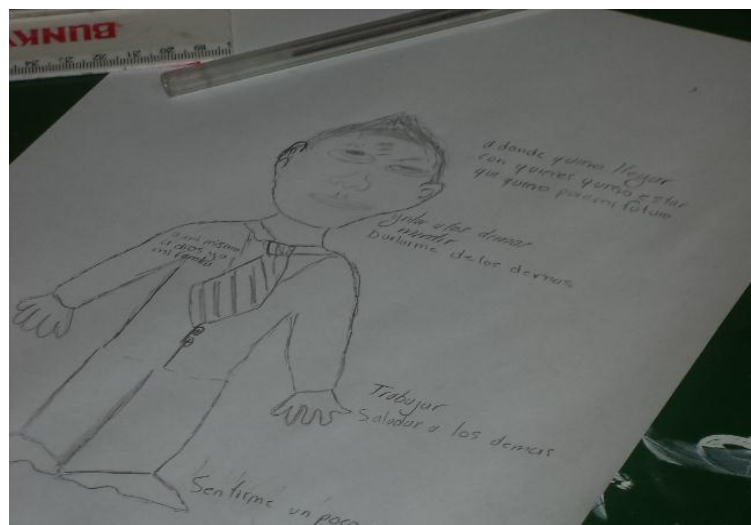
### Propuesta de intervención



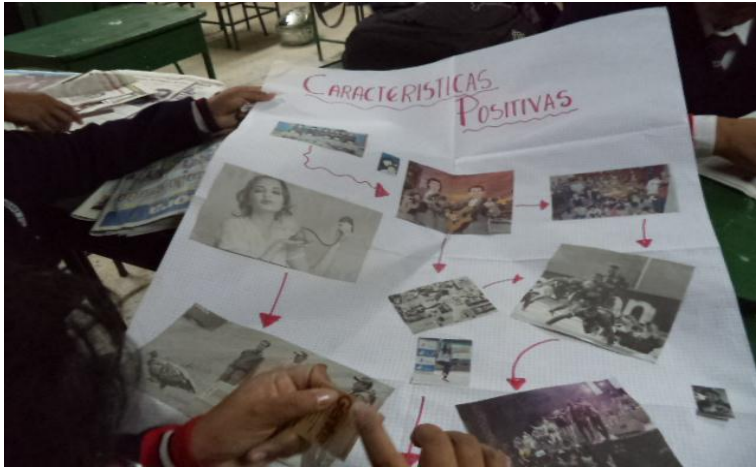












## ÍNDICE

<b>PORTADA</b> .....	i
<b>CERTIFICACIÓN</b> .....	ii
<b>AUTORÍA</b> .....	iii
<b>CARTA DE AUTORIZACIÓN</b> .....	iv
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	v
<b>DEDICATORIA</b> .....	vi
<b>ÁMBITO GEOGRÁFICO</b>	vii
<b>UBICACIÓN GEOGRÁFICA</b>	viii
<b>ESQUEMA DE TESIS</b> .....	ix
<b>a. TÍTULO</b> .....	1
<b>b. RESUMEN</b> .....	2
<b>c. INTRODUCCIÓN</b> .....	4
<b>d. REVISIÓN DE LITERATURA</b> .....	9
<b>e. MATERIALES Y MÉTODOS</b> .....	61
<b>f. RESULTADOS</b> .....	76
<b>g. DISCUSIÓN</b> .....	95
<b>h. CONCLUSIONES</b> .....	102
<b>i. RECOMENDACIONES</b> .....	103
<b>j. BIBLIOGRAFÍA</b> .....	139
<b>k. ANEXOS</b> .....	140
<b>a. TEMA</b> .....	141
<b>b. PROBLEMÁTICA</b> .....	142
<b>c. JUSTIFICACIÓN</b> .....	148
<b>d. OBJETIVOS</b> .....	149
<b>e. MARCO TEÓRICO</b> .....	152
<b>f. METODOLOGÍA</b> .....	226
<b>g. CRONOGRAMA</b> .....	239
<b>h. PRESUPUESTO FINANCIAMIENTO</b> .....	240
<b>i. BIBLIOGRAFÍA</b> .....	241
<b>ÍNDICE</b> .....	257