

UNIVERSIDAD NACIONAL “HERMILIO VALDIZAN”

ESCUELA DE POST GRADO



**PROGRAMA “CREYENDO EN MI” PARA MEJORAR LA
AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO DE
PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 32011 “HERMILIO
VALDIZÁN”, HUÁNUCO 2017**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAGÍSTER EN
GESTIÓN PÚBLICA PARA EL DESARROLLO SOCIAL**

TESISTA: KATYA INGRID ACOSTA MALPARTIDA

ASESOR: DR. REYNALDO OSTOS MIRAVAL

HUÁNUCO – PERÚ

2018

DEDICATORIA

A mi esposo, mi hija y mi familia quienes han sido y siguen siendo parte fundamental para llegar a culminar mi investigación.

A los niños y niñas quienes son el presente, son el ahora y en menos de lo pensado serán adultos, razón importante para una sociedad de bien.

Katya Ingrid

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, mi alma mater por brindarme la oportunidad de escalar un peldaño más en mi vida profesional.

A los docentes de la Escuela de Post Grado por sus sabias enseñanzas, sanos consejos y apoyo permanente.

A mi asesor de tesis, Dr. Reynaldo Ostos Miraval por sus aportes, experiencia, sugerencias y atención oportuna en el proceso de la realización del trabajo de investigación.

A los directivos, docentes, personal administrativo, estudiantes y padres de familia de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco, por su apoyo en la realización del presente trabajo de investigación.

La autora

RESUMEN

La presente investigación tuvo la finalidad de determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI”, en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N^a 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017. La investigación es experimental con un diseño cuasi experimental con dos grupos. La población lo constituyeron los estudiantes del 1^o Grado de Primaria matriculados y la muestra conformados por las secciones C y D que sumaron 48 estudiantes. El instrumento utilizado para la toma de datos fue un test de autoestima.

Los resultados de la presente investigación indican que El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N^o 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017, puesto que ante de aplicar dicho programa los estudiantes tenían en promedio una autoestima poco adecuada con 12.04 puntos de un total de 20; mientras que después de aplicar el indicado programa los estudiantes en promedio tenían una autoestima adecuada con 17.29 puntos. Igual ocurrió con las dimensiones de la autoestima como la conducta, la apariencia física y atributos, ansiedad y la felicidad y satisfacción que después de aplicar el programa los estudiantes pasaron de una valoración poco adecuada, media o regular a una valoración adecuada o alta.

SUMMARY

The present investigation had the purpose of determining the level of influence of the "BELIEVE IN ME" Program, in the improvement of the self-esteem of the first grade students of the Educational Institution N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017. The research is experimental with a quasi-experimental design with two groups. The population constituted the students of the 1st Grade of Primary enrolled and the sample conformed by the sections C and D that they added 48 students. The instrument used for the data collection was a self-esteem test.

The results of the present research indicate that the "BELIEVE IN ME" Program significantly influences the improvement of the self-esteem of the first grade students of the Educational Institution N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017, since before applying said program the students had on average an unsuitable assertiveness with 12.04 points out of a total of 20; whereas after applying the indicated program the students on average had an adequate assertiveness with 17.29 points. The same happened with the dimensions of assertiveness such as behavior, physical appearance and attributes, anxiety and happiness and satisfaction that after applying the program students went from an inadequate, average or regular assessment to an appropriate or high assessment.

INTRODUCCIÓN

Es sabido que la autoestima es una actitud hacia uno mismo, la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Es la descripción permanente según la cual nos enfrentamos como nosotros mismos y que es importante en todas las épocas de la vida, pero lo es de manera especial en la época formativa de la infancia y de la adolescencia, en el hogar y en la escuela pues facilita la superación de las dificultades personales, apoyando la creatividad, posibilitando la relación social saludable, del mismo modo favorece el sentido de la propia identidad y contribuye de manera decisiva a la salud y equilibrio psíquicos.

Como podemos apreciar la autoestima es fundamental que se cultive, se desarrolle y se conduzca convenientemente en todas las personas, para ello es necesario que la familia, la escuela y gobiernos locales, regionales y nacionales así como la sociedad civil organizada se preocupen por desarrollar esta característica de la personalidad convenientemente.

Precisamente la presente investigación trata de la aplicación de un programa para mejorar la autoestima en los estudiantes del primer grado de primaria. Dicho programa denominado "CREYENDO EN MI", que es un conjunto de sesiones desarrollado por un equipo de trabajo formado por tres facilitadores, docentes de apoyo de la institución educativa y grupo de niños(as) en donde ellos participan activamente, ya que se basa en dinámicas prácticas; con la finalidad de desarrollar la autoestima en los niños(as); en el aspecto social, afectivo y cognitivo, teniendo como reto al finalizar el programa que los niños (as) se acepten tal como son, expresen sus sentimientos hacia sí mismo y hacia los demás, mejoren su nivel de aprendizaje y muestren buenas relaciones interpersonales con sus compañeros(as) y que al tener una autoestima adecuada y positiva reflejen un auto concepto positivo

sobre su imagen corporal, así como en relación a sus habilidades académicas, familiares y sociales y se muestren seguros, acertados, eficientes, capaces, dignos y demuestren estar en disposición para lograr las metas, resolviendo problemas y demostrando habilidades de comunicación, demostrando autoconfianza. Se complementa el programa con los talleres realizados a los padres de familia para que acompañen y se involucren en el desarrollo integral de sus hijos en torno a la importancia de la autoestima.

ÍNDICE

	Pag.
DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
RESUMEN.....	IV
SUMMARY.....	V
INTRODUCCIÓN.....	VI
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	13
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	15
1.2.1. Problema General.....	15
1.2.2. Problemas Específicos.....	15
1.3. OBJETIVO GENERAL Y ESPECÍFICO.....	16
1.3.1. General.....	16
1.3.2. Específicos.....	16
1.4. HIPÓTESIS.....	17
1.4.1. Hipótesis general.....	17
1.4.2. Hipótesis Específicas.....	17
1.5. VARIABLES.....	18
1.5.1. Variable independiente.....	18
1.5.2. Variable dependiente.....	18
1.5.3. Definición operacional.....	19
1.6. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA.....	20
1.7. VIABILIDAD.....	21
1.8. LIMITACIONES.....	22
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	
2.1. ANTECEDENTES.....	23
• A nivel internacional.....	23
• A nivel nacional.....	25
• A nivel local.....	28
2.2. BASES TEÓRICAS.....	28
2.2.1. AUTOESTIMA.....	28
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	33

2.3.1. IMPORTANCIA DEL AUTOESTIMA.....	33
2.3.2. COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA.....	34
2.3.3. FORMACIÓN DEL AUTOESTIMA.....	35
2.3.4. CARACTERÍSTICAS DEL AUTOESTIMA.....	42
2.3.5. NIVELES DEL AUTOESTIMA.....	46
2.3.6. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA INFANTIL...	49
2.3.6.1. APROXIMACIÓN CONCEPTUAL.....	49
2.3.6.2. ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA INFANTIL.....	53
2.3.7. DEFINIRSE ASÍ MISMO Y POTENCIAR LOS ASPECTOS POSITIVOS DE CADA NIÑO (A).....	56
2.3.7.1. RESOLUCIÓN DEL PROBLEMA.....	57
2.3.8. AUTOAFIRMACIONES.....	58
2.3.9. AUTOCONTROL.....	59
2.3.10. IMAGEN CORPORAL.....	60
2.3.10.1. INTERVENCIONES PARA MEJORAR LA IMAGEN PERSONAL.....	60
2.3.10.2. ENSEÑANZA DE LAS NORMAS SOBRE APARIENCIA PERSONAL.....	60
2.3.11. LOS SEIS PILARES DE LA AUTOESTIMA SEGÚN NATHANIEL BRANDEN.....	62
2.4. BASES EPISTÉMICOS.....	63
CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO	
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	67
3.2. DISEÑO Y ESQUEMA DE LA INVESTIGACIÓN.....	67
3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	68
3.4. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	70
3.4.1. FICHAJE.....	70
3.4.2. TEST DE AUTOESTIMA.....	70
3.5. TÉCNICAS DE RECOJO, PROCESAMIENTO Y PRESENTACIÓN DE DATOS.....	71
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	
4.1. PRESENTACIÓN, DESCRIPCIÓN DE INTERPRETACIÓN.....	73

4.2. CONTRASTACIÓN DE LAS HIPÓTESIS SECUNDARIAS.....	93
4.3. PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	98
CAPÍTULO V. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	99
CONCLUSIONES.....	104
SUGERENCIAS.....	106
BIBLIOGRAFÍA.....	107
ANEXOS	
ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	113
ANEXO 2: INSTRUMENTO.....	115
ANEXO 3: PROGRAMA “CREYENDO EN MI”.....	116
ANEXO 4: SESIONES DE APRENDIZAJE.....	123

ÍNDICE DE TABLAS

Resultados del pre test

Tabla N° 01. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	73
Tabla N° 02. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	75
Tabla N° 03. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	77
Tabla N° 04. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	79
Tabla N° 05. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán	81

Resultados del pos test

Tabla N° 06. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	83
Tabla N° 07. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	85
Tabla N° 08. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	87
Tabla N° 09. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	89
Tabla N° 10. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán	91
Tabla N° 11. Medía aritmética de la autoestima y sus dimensiones.....	92
Tabla N° 12. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.....	93

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Resultados del pre test	
Gráfico N° 01. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	74
Gráfico N° 02. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	75
Gráfico N° 03. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	77
Gráfico N° 04. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	79
Gráfico N° 05. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán	81
Resultados del pos test	
Gráfico N° 06. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	83
Gráfico N° 07. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	85
Gráfico N° 08. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	87
Gráfico N° 09. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán.....	89
Gráfico N° 10. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán	91

CAPITULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El gran interés de la familia y formadores es el fortalecer la autoestima de los niños mediante programas, estrategias y actividades pertinentes, porque consideramos que uno de los primeros y más importantes aspectos de la experiencia de “sí mismo” del niño es de ser amado por sus padres.

Estamos conscientes que todas las personas necesitan tener una alta y saludable autoestima, independientemente del sexo, edad, cultura, trabajo, objetivos en la vida. Las personas que se encuentran bien consigo mismas suelen sentirse a gusto en la vida, son capaces de afrontar y resolver con seguridad los retos y las responsabilidades que ésta les plantea. Por el contrario, la baja autoestima es una fuente permanente de inseguridad e insatisfacción personal y se considera como un importante factor de riesgo para el desarrollo de numerosos problemas psicológicos, tales como trastornos de alimentación, depresión, ansiedad, entre otros.

Este es un elemento significativo y en la estructura de sí mismo, cuando comienza constituirse. Al mismo tiempo que experimenta valor sensorial positivo, experimenta su vida de otra manera y se puede cumplir el proyecto de vida.

El término autoestima es la evaluación que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo es decir la autoestima global, es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la extensión en que la persona cree ser capaz, competente, importante y digno. Y por lo tanto la

autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo". (Cooper, 1990)

Desde de hace mucho tiempo el término "autoestima" se ha difundido por doquier, casi no hay personas que no haya utilizado este término siquiera una vez, erróneamente pensábamos que los problemas de autoestima se dan en adolescentes, jóvenes, adultos, pero nos estábamos olvidando que los niños también sufren de este problema es más, en esta etapa es donde se debe fortalecer y trabajar para mejorar la autoestima, de este modo se reduciría los suicidios que provoca este problema, porque en los últimos años se ha reportado 10 casos de suicidio de niños en nuestro país durante el 2012, lo cual como responsables del cambio de nuestra sociedad no debemos ser indiferentes sobre este acontecimiento, por ello decidimos proponer el programa "CREYENDO EN MI" para mejorar el autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N°32011 Hermilio Valdizán de la ciudad de Huánuco, puesto que como profesoras no somos ajenos a esta problemática social que se viene presentando y debemos evaluar nuestra propia experiencia e identificar que tanto hemos fortalecido nuestra autoestima y sobre qué base y de qué manera hemos ayudado a nuestros niños que tienen baja autoestima a mejorarla.

Es necesario mencionar que nuestro trabajo de investigación propone un programa que está basado en 12 sesiones que tiene por finalidad mejorar el nivel de autoestima en los niños y niñas de primer grado de primaria, porque es una necesidad que la sociedad demanda y así tener la capacidad para sostener al niño, al adolescente, al joven en formación y levantar con él una autoestima que potencie sus capacidades y mejore sustancialmente su autoestima.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI”, en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, ¿Huánuco-2017?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “¿CREYENDO EN MI” en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?

¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?

¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “¿CREYENDO EN MI” en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?

¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “¿CREYENDO EN MI” en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?

1.3. OBJETIVO GENERAL Y ESPECÍFICOS

1.3.1. Objetivo general

Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI”, en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.

1.3.2. Objetivos específicos

Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

1.4. HIPÓTESIS

1.4.1. Hipótesis general.

Hi: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.

Ho: El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.

1.4.2. Hipótesis específicas.

H₁: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

H₂: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

H₃: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la ansiedad de los estudiantes de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

H₄: El Programa “CREYENDO EN MI” influye significativamente en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer

grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

1.5. VARIABLES DE INVESTIGACIÓN

Las variables de la investigación son:

1.5.1. Variable independiente:

Programa CREYENDO EN MÍ.

Es un conjunto de actividades organizadas y estructuradas por medio de dinámicas, charlas a padres y cuentos.

1.5.2. Variable dependiente: Autoestima.

Según Peñaherrera (1997), autoestima es la valoración que uno tiene de sí mismo que se desarrolla gradualmente desde el nacimiento en función de la seguridad, cariño, aliento o desaliento que la persona recibe de su entorno y que está relacionada con el sentirse amado, capaz y valorado. (p. 75)

1.5.3. Definición operacional

1.5.3.1. Variable independiente: Programa CREYENDO EN MI.

DIMENSIONES	ESTRATEGIAS
Dinámicas	<ul style="list-style-type: none"> • Experiencia concreta • Observaciones reflexivas • Experimentación activa
Cuentos	<ul style="list-style-type: none"> • Escoger el material adecuado • La voz debe ser clara • La narración debe ser animada • El narrador debe estar sentado con soltura
Taller	<p>PLANEACIÓN DEL TALLER</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definir objetivos • Información de los participantes • Diseñar métodos y actividades <p>REALIZACIÓN DEL TALLER</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Enunciar objetivos • Crear ambiente adecuado • Participación activa • Proporcionar información • Recapitulación • Cambio de actividades <p>EVALUACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resumir la sesión • Disfruta y diviértete

1.5.3.2. Variable dependiente: Autoestima.

DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Conducta	Reacción en su organismo.	1. Tengo muchos amigos. 2. Generalmente me meto en problemas. 3. Yo quiero ser diferente 4. Siento que se olvidan de mí. 5. Hago mal las cosas.	Test de autoestima escolar.
Apariencia física y atributos	Valoración del aspecto físico y atributos psicológicos.	6. Me quiero como soy. 7. Me molesta mi aspecto, el cómo me veo. 8. Tengo una cara bonita. 9. Soy inteligente 10. Quiero ser como los demás.	
Ansiedad	Equilibrio emocional.	11. Yo puedo hablar bien en la clase. 12. Se me olvida lo que aprendo. 13. Me doy por vencido fácilmente. 14. En los juegos y en el deporte yo miro en vez de jugar. 15. Cuando intento hacer algo todo me sale mal.	
Felicidad y satisfacción	Sentimiento sobre su bienestar personal.	16. Soy una persona feliz. 17. Mis compañeros se burlan de mí. 18. Cuando sea grande voy a ser una persona importante. 19. Esta feliz mi familia conmigo. 20. Soy bueno para hacer mis tareas.	

1.6. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

La aplicación del Programa “CREYENDO EN MI”, se justifica puesto que permitió mejorar la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria, en torno a su conducta, a su apariencia física y atributos, a disipar su ansiedad y elevar su satisfacción y felicidad. Teóricamente aporta enfoques

actualizados y contemporáneos de la autoestima focalizando la importancia en el desarrollo personal de las personas, en la práctica la presente investigación servirá de antecedentes a otros investigadores en otros contextos y con otras muestras y metodológicamente el programa y los instrumentos propuestos podrán ser utilizados contextualizándolos de acuerdo a la realidad donde se pueda aplicar.

Consideramos que, el presente trabajo también es de vital importancia y de mucha trascendencia ya que permitió evaluar y aplicar estrategias innovadoras como el Programa “CREYENDO EN MI” para mejorar la autoestima de los alumnos, de tal manera que desarrollen su personalidad, así como la incorporación de una amplia y abundante información para incrementar sus saberes, y que les permitan integrarse y desarrollarse adecuadamente dentro de la sociedad.

También es importante porque permitió que los estudiantes desarrollen sus habilidades, capacidades, fortalezcan actitudes y reconozca sus propios talentos y destrezas y también focalizando sus debilidades para poder superarlas.

1.7. VIABILIDAD

El proyecto considera los factores que permiten la viabilidad siendo los siguientes:

- Viabilidad teórica, ya que existe bibliografía, publicaciones y trabajos experimentales de los mismos.
- Económico, se cuenta con recursos del investigador.
- El investigador conoce la realidad educativa de los sujetos de la población.

- Potencial humano, se cuenta con colaboradores.
- Se cuenta con la motivación y participación de la población.

1.8. LIMITACIONES

- **Espacio:** Se realizó en las aulas del primer grado de la I.E. y no es apropiado ya que hay involucramiento de otros alumnos en la participación del taller.
- **Determinación y precisión de actividades:** En el desarrollo de las sesiones, el profesor tuvo que involucrarse para el desarrollo de las sesiones.
- **Tiempo y calendario de actividades:** Por el problema de recuperación de clases se tuvo limitadas sesiones de aprendizaje.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES

- **A nivel internacional**

Munro González, Sandra Rebeca (2008). Evaluación de la autoestima y su relación con la funcionalidad familiar en los médicos de las Unidades de Medicina Familiar, Zona N°.1. IMSS, Colima. Tesis para obtener el grado de doctora. Se aplicó en los 43 médicos que laboran en las UMF zona 1, IMSS, Colima dos test validados internacionalmente para evaluar el nivel de autoestima (Test de Coopersmith, versión acortada) y el grado de funcionalidad familiar (APGAR familiar), para posteriormente analizar los resultados y ver si existe relación o no entre estas dos variables en el grupo de médicos entrevistados. Las conclusiones de la presente investigación son: El 83.7% de los médicos de las UMF zona 1 tienen familias funcionales, siendo un 16.3% los que cuentan con familias disfuncionales. Con lo que se concluye que existen en la mayoría de los médicos familias funcionales. En el estudio practicado en las UMF, zona 1, concluimos que los médicos que presentan niveles altos de autoestima tienen familias funcionales. Encontrando que sí existe relación entre estas dos variables, en este grupo de médicos investigados.

Álvarez y otros (2000) en su tesis: Efecto del autoestima, asertividad, auto eficacia y Resiliencia sobre el consumo de drogas, realizado en México; tuvo como objetivo conocer el efecto del autoestima, asertividad, auto eficacia y Resiliencia sobre el consumo de alcohol y tabaco alguna vez en la vida y último año. Fue un estudio descriptivo correlacional, participaron 575 adolescentes de escuelas secundarias rurales, la muestra fue no probabilística. Los participantes llenaron una cédula de datos personales (edad, género, grado escolar y ocupación) e historial de prevalencia de consumo de drogas (consumo alguna vez en la vida y último año) además de cuatro instrumentos de medición: Escala de Autoestima, Cuestionario de Confianza Situacional, Cuestionario de Asertividad y Escala de Resiliencia. Obtuvieron como resultado que las variables que tienen capacidad de predecir la probabilidad de consumo de alcohol alguna vez en la vida son la edad, asertividad y Resiliencia y en el último año edad y asertividad. En el caso de consumo de tabaco alguna vez en la vida fue la edad y el género y en el último año la edad.

Alarcón, Q. (1998), Isla de Pascua, Chile, "Escuela y Familia", realiza un análisis de los niveles de autoestima, considerando cuatro indicadores: hogar, escolar, social y general; lo que permite inferir que, en general, el grupo de 134 jóvenes manifestó la tendencia a tener "baja autoestima" (40%) seguido de un nivel de "normalidad" (49%). En el rango "alto" y " muy alto" se ubica en un 11%, que corresponde a 15 alumnos.

- **A nivel nacional**

Panizo, M. (1985), Pontificia Universidad Católica del Perú, en Lima, "Autoestima y Rendimiento Escolar", realiza un estudio comparativo donde investiga sobre los niveles de autoestima y el rendimiento escolar. La población osciló entre los 10 y 12 años de edad, del quinto grado, de distinta clase social; para lo cual tradujo y validó la prueba de Stanley Coopersmith: Inventario de la Autoestima forma escolar. En sus resultados encuentra que existe una asociación significativa entre estas dos variables. Los sujetos con autoestima alta tenían un alto rendimiento escolar. También encuentra diferencias de acuerdo al sexo; los varones obtienen mayor puntaje en el nivel de la autoestima que las mujeres.

Cáceres, N. (1997), Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, "Niveles de autoestima en niños" desarrolla una descripción sobre los niveles de la autoestima en niños que cursan el cuarto y quinto grado de primaria en la provincia de La Merced de Chanchamayo, utilizando el Inventario de la Autoestima de S. Coopersmith. La muestra correspondía a 169 niños (97 del cuarto grado y 72 del quinto grado) de diferentes colegios, arrojando sus resultados un porcentaje de 1.18% en el nivel bajo, un 28.4% en el nivel medio bajo, 60.36% en el nivel medio alto y 10.6% en el nivel alto. Además los varones incrementan ligeramente sobre la autoestima de las mujeres de la muestra estudiada.

Navarro, V. (1997), Universidad Nacional Mayor de San Marcos, "Niveles de autoestima de los alumnos del 5to. y 6to. grado de educación primaria del Colegio Nacional 006 - Micaela Bastidas del Distrito de Breña en la ciudad de Lima, se trabajó con una muestra de 120 alumnos entre hombres y mujeres distribuidos en 5to y 6to grado. Se utilizó el inventario de autoestima forma escolar Stanley Coopersmith arribando a las siguientes conclusiones: Los alumnos del 5to grado obtuvieron un porcentaje de 62% en el nivel bajo y un 38% en el nivel alto. Por otro lado los alumnos del 6to. grado obtuvieron un 66% en el nivel bajo y un 34% en el nivel alto.

Guzmán, J. (1977), en su tesis titulada "Influencia de los juegos dramáticos en el desarrollo de la autoestima de los alumnos de 1er grado secciones D y E del colegio de Lizarzaburù del distrito "el Porvenir", llegó a la conclusión. Que después de la aplicación del programa de juegos dramáticos al grupo experimental, se evidencia un éxito relevante en su rendimiento escolar.

Cabrera, B. (1977), en su tesis titulada: "Influencia de un programa de reforzamiento de la Autoestima en la mejora de la actitud de los alumnos hacia el trabajo académico de los alumnos de 5to ciclo de UTN", de la Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas concluyo: que el programa mejoro la actitud hacia el trabajo académico de los alumnos de la muestra de manera significativa.

Acevedo M. (1977), en su tesis titulada “Influencia de un taller de autoestima en el rendimiento escolar de los alumnos del 5to grado de educación primaria del C.E Parroquial San Patricio Florencia de Mora”, llegó a las siguientes conclusiones: Que el taller para desarrollar la autoestima mostró efectividad en la autoestima de los niños; que la autoestima tiene gran influencia en el rendimiento escolar, ya que los niños que participaron del taller mostramos un incremento relevante en su rendimiento escolar.

Siérralta G. (2006), en su estudio “Influencia de un programa de autoestima en la disminución del nivel de conducta agresiva en los niños del primer grado de I.E.P. Santo Domingo Guzmán-Moche, 2005” concluye a determinar que la influencia de un programa de autoestima disminuye la conducta agresiva severa de los niños y eleva el nivel de autoestima en los niños del primer grado de la I.E. Santo Domingo” de Moche se logró que adquieran conductas de relación interpersonal que favorezcan una convivencia positiva, a partir del desarrollo de sus autoestima.

Ushiñahua y. (2008), en su estudio “Programa de desarrollo de la autoestima y su influencia en el rendimiento académico de los alumnos de cuarto grado de educación Secundaria de la Institución educativa Virgen del Carmen del Alto Trujillo”
Concluye que la aplicación del programa de desarrollo de la autoestima influyó en forma altamente significativa en el

rendimiento académico de los alumnos del cuarto grado de educación secundaria de la I.E." Virgen del Carmen.

- **A nivel local**

Castillo, T. (2007), en su tesis: Programa de canciones y juegos escolares para el desarrollar la autoestima en los niños concluye que las canciones y los juegos son medios didácticos importantes para desarrollar la autoestima en los alumnos; por lo tanto podemos afirmar que ambos grupos se diferencian por efectos de tratamiento experimental (programa de canciones y juegos escolares), donde el grupo experimental logró superar significativamente el nivel de baja autoestima, llegando a un nivel óptimo para desarrollar sus habilidades tanto psíquicas y físicas que le permitan un óptimo aprendizaje en las diversas áreas de conocimiento y su contexto

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. AUTOESTIMA

Definición.

Existen diferentes autores que definen la autoestima:

Alcántara. (1993) dice la autoestima habitual es como una "Actitud hacia uno mismo, la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Es la descripción permanente según la cual nos enfrentamos como nosotros mismos. Es el sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolo a nuestro "YO" personal". (p. 17)

Es decir que mostramos y nos aceptamos como somos, con cualidades y debilidades y así apreciamos el verdadero yo que Dios nos dio.

Las personas que requieren ayuda psicológica frecuentemente manifiestan sentimientos de insuficiencia y desmerecimientos, dudan sobre su valor propio, aludiendo al concepto de autoestima; asimismo mencionó que lo anterior generaba problemas para expresar y recibir afecto, temor a la intimidad, porque podría involucrar rechazo. Fromm (1993),

Branden. (1995: 35) “La autoestima corresponde a la valoración positiva o negativa que uno hace de sí mismo”. Esto indica la forma que la persona se ve a sí misma, lo que piensa de ella, cómo reacciona ante sí. Es una predisposición a experimentarse como competente para afrontar los diferentes desafíos de la vida y como merecedor de felicidad.

Carreras. (1997: 127) “la autoestima es la percepción personal que tiene un individuo sobre sus propios méritos y actitudes”. Dicho de otra manera es el concepto que tenemos de nuestra valía personal y nuestra capacidad.

Peñaherrera. (1997:75) agrega que “autoestima es la valoración que uno tiene de sí mismo que se desarrolla gradualmente desde el nacimiento, en función a la

seguridad, cariño, aliento o desaliento que la persona recibe de su entorno, y que está relacionada con el sentirse amado, capaz y valorado.”

Cooper Smith. (1990: 02) quien señala: “El término autoestima se refiere a las evaluaciones que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo es decir la autoestima global, es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la extensión en que la persona cree ser capaz, competente, importante y digno. Y por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo”.

Cooper Smith (1990) destaca tres características de su definición:

1. Se centra en la estima relativamente estable de la autoestima general y no en cambios transitorios y específicos. Esto se verifica a través de medidas obtenidas bajo condiciones similares y con los mismos instrumentos.
2. La autoestima puede variar a través de diferentes áreas de experiencia y de acuerdo al sexo, la edad y otras condiciones definitorias de roles.
3. El término "autoevaluación", se refiere a un proceso de juicio en el cual una persona examina su desempeño, capacidades atributos de acuerdo a las

normas y valores personales, llegando a la decisión de su mérito.

Haeussler Y Milicic (1995: 17) Sostienen que” la autoestima es la suma de juicios que una persona tiene de sí misma. Es la dimensión afectiva de la imagen personal que se relaciona con datos objetivos con experiencias vitales y con expectativas”.

La autoestima, entonces, sería el grado de satisfacción consigo mismo, la valoración de uno mismo.

Vargas (2002; 11) señala que “la autoestima es la suma de varios aspectos sobre competencia y valía, traducido en la confianza, seguridad y respecto a uno mismo”. De acuerdo con esta definición la autoestima es una suma de competencias, respecto de uno mismo.

Al respecto, Rossenberg (1996), señala que la autoestima es una apreciación positiva o negativa hacia sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa sobre sí mismo.

McKay y Fanning (1999), agregan que la autoestima se encuentra estrechamente ligada con la aceptación incondicional del individuo y con el ejercicio de sus aptitudes, ya que ambas son fuentes de estímulo. Es importante mencionar que, la disciplina severa, las críticas

negativas y las expectativas irreales de los adultos, son muy destructivas.

Del mismo modo, Corkille (2001). Apoya lo antes mencionado indicando que la autoestima constituye lo que cada persona siente por sí mismo, su juicio general y la medida en que le agrada su propia persona, coincidiendo con lo planteado por Mussen, Conger y Kagan (2000) quienes afirman que la autoestima se define en términos de juicios que los individuos hacen acerca de su persona y las actitudes que adoptan respecto a sí mismos.

Por otro lado Alcántara citado por Naranjo (2007:3-4) expresa la autoestima es la meta más alta del proceso educativo y centro de nuestra forma de pensar, sentir y actuar, es el máximo resorte motivador y el oculto y verdadero rostro de cada hombre esculpido a lo largo del proceso vital.

Según Massó (2008), la autoestima tiene dos elementos psíquicos:

La consciencia que cada uno tenemos acerca de nosotros mismos, de cuáles son los rasgos de nuestra identidad, cualidades y características más significativas de nuestra manera de ser.

Este grado de consciencia lo llamaremos auto concepto

El segundo componente es un sentimiento:

El aprecio y amor que experimentamos hacia nuestra propia persona, la consideración que mantenemos hacia nuestros intereses, creencias, valores y modos de pensar.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

2.3.1. Importancia de la autoestima

La autoestima es importante en todas las épocas de la vida, pero lo es de manera especial en la época formativa de la infancia y de la adolescencia, en el hogar y en el aula, porque:

- a. Condiciona el aprendizaje. Alumnos que tienen una auto imagen positiva de sí mismo se hallan en mejor disposición para aprender.
- b. Facilita la superación de las dificultades personales. Una persona con autoestima alta, se siente con mayor capacidad para enfrentar los fracasos y los problemas que se le presentan.
- c. Apoya la creatividad; una persona puede trabajar para crear algo si confía en sí mismo.
- d. Determina la autonomía personal, si la persona tiene confianza en sí mismo, podrá tomar sus propias decisiones.
- e. Posibilita una relación social saludable; la persona que se siente segura de sí misma, puede relacionarse mejor.
- f. Es la clave del éxito o del fracaso para comprendernos y comprender a los demás, es requisito para una vida plena.
- g. Es la suma de confianza y el respeto por uno mismo.

- h. Es sentirse apto, capaz y valioso para resolver los problemas cotidianos.
- i. La autoestima favorece el sentido de la propia identidad,
- j. Contribuye a la salud y equilibrio psíquicos.

2.3.2. Componentes de la autoestima

Cooper Smith (1990) considera que existe una autoestima global, conformada por autoestimas específicas o componentes que el sujeto va evaluando y asimilando de acuerdo a sus debilidades y fortalezas:

- a) Casa – Padres: está constituida por los diversos sentimientos que se tienen en relación al hogar y a las dinámicas que interactúan dentro de éste. Es la más importante y la que constituye prácticamente la Autoestima inicial.
- b) Académica: es la sensación de capacidad para resolver problemas eficazmente, rescatando no solamente el tradicional concepto de inteligencia global, sino el de inteligencias múltiples, puesto que cada persona es capaz y competente en determinadas áreas y es muy importante que sienta esa competencia.
- c) Social: son las habilidades sociales que se poseen, en cuanto a la aceptación o rechazo; simpatía o antipatía que genera en el grupo. La integración al grupo o a las redes sociales es vital porque le otorga pertenencia y soporte emocional.

Además de estos componentes, se integra lo propuesto por Grindler (1993) en relación al componente corporal, señalando que es la

primera en formarse, producto del contacto físico con los padres que transmiten calor, confort y cuidados, produciendo sentimientos de confianza y seguridad. Tiene que ver también con la percepción de sentimientos de aceptación o rechazo a la imagen corporal que se posee. Asimismo este autor destaca la importancia de la imagen corporal en el desarrollo de la personalidad.

De esta manera se debe tener en cuenta que la Autoestima es el resultado de la historia de cada persona a través de una larga y permanente secuencia de interacciones que la van configurando en el transcurso de toda su vida. Posee una estructura consistente y estable pero no es estática sino dinámica, por tanto puede crecer, fortalecerse y en ocasiones también puede disminuir en forma situacional por fracasos.

2.3.3. Formación de la autoestima

En relación a la formación de la autoestima, se coincide en señalar que se forma en la casa, fundamentalmente por la influencia de los padres. Por su parte, Cooper Smith (1996), señala que el proceso de formación de la autoestima se inicia a los seis meses del nacimiento, cuando el individuo comienza a distinguir su cuerpo como un todo absoluto diferente del ambiente que lo rodea. Explica que en este momento se comienza a elaborar el concepto de objeto, iniciando su concepto de sí mismo, a través de las experiencias y exploraciones de su cuerpo, del ambiente que le rodea y de las personas que están cerca de él.

Cooper Smith señala que las experiencias continúan, y en este proceso de aprendizaje, el individuo consolida su propio concepto, distingue su nombre de los restantes y reacciona ante él. Entre los tres y cinco años, el individuo se torna egocéntrico, puesto que piensa que el mundo gira en torno a él y sus necesidades, lo que implica el desarrollo del concepto de posesión, relacionado con la autoestima. Durante este período, las experiencias provistas por los padres y la forma de ejercer su autoridad, así como la manera como establecen las relaciones de independencia son esenciales para que el individuo adquiera las habilidades de interrelacionarse contribuyendo en la formación de la autoestima, por lo cual, los padres deberán ofrecer al individuo vivencias gratificantes que contribuyan con su ajuste personal y social para lograr beneficios a nivel de la autoestima. En la edad de seis años, explica Cooper Smith (1996), se inician las experiencias escolares y la interacción con otros individuos o grupos de pares, desarrolla la necesidad de compartir para adaptarse al medio ambiente, el cual es de suma importancia para el desarrollo de la apreciación de sí mismo a partir de los criterios que elaboran los individuos que le rodean.

A los ocho y nueve años, ya el individuo establece su propio nivel de autoapreciación y lo conserva relativamente estable en el tiempo.

Agrega Cooper Smith (1996), que después de los 11 años se inicia y consolida las habilidades de socialización, ampliamente ligadas al desarrollo de la autoestima; puesto que muestra las oportunidades de comunicarse con otras personas de manera

directa y continua. Por tanto, si el ambiente que rodea al individuo es un mundo de paz y aceptación, seguramente el individuo conseguirá seguridad, integración y armonía interior, lo cual constituirá la base del desarrollo de la autoestima.

Según Mackay y Fanning (1991), refieren que después, este nivel de autoestima inicial podría modificarse por otras influencias como el éxito académico, status y/o éxito social, pero estas circunstancias externas no determinarían exactamente la autoestima sino que interactuarían unas con otras; es decir más que las circunstancias en sí, lo que se modifica es la percepción o interpretación de las circunstancias, es decir de las ideas.

Craig (1988) considera que para el desarrollo de la personalidad del niño, es importante y necesario conservar un sentimiento de autoestima. El niño aprende a reevaluarse a sí mismo durante los primeros años en base a cómo lo trataron sus padres primero y luego el grupo de compañeros de su misma edad. Ambas interacciones son decisivas en la conformación de su Autoestima. Los niños que desde el principio cuentan con las ventajas de gran seguridad en sí mismo y excelentes habilidades sociales y perciben que tales cualidades son reforzadas por su grupo de amigos fortalecen su Autoestima. Este proceso puede darse también en sentido inverso, pues los niños que han enfrentado pocas dificultades al inicio, por ser demasiado consentidos por los padres, siendo los niños enfermizos, o poco hábiles, tienden a mostrar ansiedad y timidez cuando el grupo no responde positivamente

ante ellos, experimentando intensa ansiedad, disminuyendo su auto concepto y confianza en su valía personal.

Adler (1950) citado en (Bischof, 1992) expresa que el niño mimado y caprichoso es un lisiado psicológico, no tiene la oportunidad de ejercer y desarrollar un sentimiento de superioridad, siente que carece de valor para sí mismo y vale todavía menos para el mundo, cuando un ser humano no tiene nada porqué luchar ya que se le han eliminado o reducido todos los obstáculos, es imposible que aprenda a superar lo que encuentra en el futuro.

El niño abandonado no tiene referentes que inhiban o refuercen sus conductas, es obligado a tenerse a sí mismo como único modelo o auto guía lo que le resulta costoso por sus constantes esfuerzos para obtener logros y finalmente deja de luchar e incluso los éxitos que pueda obtener no son percibidos como tales y no los siente como suyos. El resultado final es un estilo de vida indiferente que no le produce felicidad ni placer y este vacío se proyecta también hacia otras personas.

Feldman (2000) señalan que los niños en edad escolar gustan de los contactos sociales y les satisfacen, pero para que un niño acepte y se sienta satisfecho con los vínculos social afectivos con el mundo que le rodea, tendrá que sentirse aceptado y querido por los demás y en especial por el núcleo familiar.

Asimismo cuando un niño aprende a comprenderse a sí mismo, a aceptarse, puede lograr adaptarse de modo satisfactorio a los demás. Los niños no vienen al mundo con un sentimiento o valor

propio, no tienen experiencias de comportamiento, ni poseen una escala de valoración con la cual compararse. Más bien irán aprendiendo con la experiencia de las interacciones con las personas que los rodean, con la forma como éstas los tratan y los sentimientos que se generan producto de esto. (Cooper Smith, 1990).

En un primer momento las personas más importantes para el niño son sus padres, luego otros familiares significativos. Posteriormente intervendrán otras influencias como el grupo de amigos, los profesores, pero éstas tenderán a reforzar los sentimientos de valor o carencia de él, que se hayan adquirido en el hogar. Sin embargo, es posible que otras personas importantes para el niño, como los maestros, puedan ayudar a fomentar el sentimiento de confianza en sus habilidades, suficiencias y así alentar la autoestima dentro del salón de clases.

El niño va a ir incorporando creencias para responder a la necesidad de ser querido y aprobado por los padres. Después va a incorporar las creencias del grupo de amigos que responden a la necesidad de pertenencia; y finalmente las creencias vinculada al bienestar emocional, físico y moral: necesidad de autoestima, necesidad de placer, excitación y sentido, necesidad de protegerse de emociones dolorosas como el daño y la pérdida, necesidad de seguridad emocional y física.

Hay que destacar la importancia que tienen los contenidos y valoraciones de las verbalizaciones, gestos o comportamientos en

las interacciones, ya que van a impactar directamente en la Autoestima del que recibe el mensaje.

Watzlavvick (1981) señala que todo lo que se dice o expresa a una persona, jamás es neutral, siempre tiene un impacto positivo o negativo en la autoestima.

A su vez existe escasa o distorsionada percepción y conciencia de los referentes sociales más importantes, (padres y profesores) en cuanto al contenido y a la forma en que emiten los mensajes. Es muy común observar a padres y maestros creer que están “educando” adecuadamente al niño y sin embargo éste se siente maltratado y herido en su autoestima.

El papel que cumple el profesor dentro del aula, es vital, ya que va a fomentar sentimientos de confianza y seguridad en las habilidades y suficiencias del niño y/o adolescente incrementándole la autoestima dentro del salón de clases.

Dentro y fuera de la escuela, las relaciones con el grupo de amigos es vital para el desarrollo del niño y adolescente, y su base es la amistad entendida como sentimiento de simpatía en general. La amistad es un proceso en el cual se destacan cuatro etapas (Craig, 1988):

- a. Física y geográfica (hasta los 7 años), el niño hace amistad con el niño que está cerca, en el mismo espacio, es vecino de su casa o se sienta junto a él en el colegio.
- b. Recíproca (7 - 9 años), implica considerar sentimientos subjetivos de los demás.

- c. Auténticamente recíproca y confiada (8 - 12 años), se inicia el sentimiento de intimidad muy importante para elaborar contactos emocionales con el otro.
- d. De identidad e intimidad (a partir de los 12 años), la amistad se dará en forma estable y constituirá un ejercitamiento para su futura relación de pareja.

Allport (1961) citado en Milicic, 1994) plantea que existen siete pasos que conforman el desarrollo de la personalidad, pero sería durante los tres primeros años de vida que se genera la base del concepto propio y que incluyen: desarrollo del sentido del propio cuerpo (corporalidad), sentido de la auto identidad, es decir quién se es, la relación de uno con los otros y la posición que se tiene en la vida y sentido de orgullo en el yo propio o sentimiento de amor propio.

El concepto de propio de Allport se puede evidenciar en el comportamiento de los niños en los Centros de Educación Inicial, puesto que se observa que ya tienen actitudes y comportamientos de valoración positiva o negativa con respecto a sí mismo: solicitando materiales, mostrando sus trabajos, reclamando lo que es suyo, participando espontáneamente en las actividades del grupo o permaneciendo pasivo o aislado.

De los cuatro a seis años se extienden los límites del yo, al tener mayor y estrecho contacto con más personas. De los seis a doce años, ya enfrenta soluciones y resuelve problemas que se le van presentando. En el nivel adolescente deberán terminar de

desarrollarse estos siete pasos para terminar de consolidarse en el nivel adulto.

En el caso del adolescente, Grinder (1993) manifiesta de que su imagen corporal es muy importante en la autoestima ya que, es producto de experiencias reales y fantasiosas, generadas en parte por su propio desarrollo físico, del resalte de los compañeros ante estos atributos físicos y de la percepción cada vez mayor de las experiencias culturales. Es decir, que de las expectativas de los otros y de la valoración de éstos, en el adolescente, infiere un concepto de su propia importancia y de su status ante los demás. En general, la imagen corporal es de importancia más crítica para las mujeres que para los varones adolescentes, ya que la sociedad da mayor relevancia y propagandiza más a la figura femenina y las mujeres tienen mayor inclinación por mejorar y aprovechar al máximo su apariencia corporal, aunque hay que reconocer que actualmente existe mayor preocupación por parte de los hombres por mejorar su imagen corporal y se viene promocionando un “culto a la corporalidad”, a través de los medios de comunicación e instituciones creadas para tal fin. Los estudios concluyen que en general, los muchachos con físicos admirables, poseen actitudes y comportamientos vinculados a un mayor nivel de autoestima (Bonet, 1994; Burns, 1999; Clark, 1993; Grinder, 1993).

2.3.4. Características del autoestima

Las características generales según Calero M. (1997) son:

La autoestima es aprendida: Se aprende, como resultado del conjunto de interacciones de la persona con el medio y consigo mismo, en base a su relación con sus padres, compañeros, profesores; para llegar a tener una actitud positiva hacia sí mismo y como producto de las experiencias, que se transmiten, a través de las verbalizaciones de gestos.

La autoestima es generalizada: La actitud de las personas hacia sí mismo se extiende a todos los roles y actividades que desarrolla al desenvolverse eficientemente o no, en su escuela, en su hogar y en los grupos de donde se reúnen.

La autoestima es relativa: El concepto de sí mismo, no cambia rápidamente de un momento a otro; esto es producto de un proceso, que requiere de un conjunto de cambios, de ejercitación del individuo consciente de mejorar.

La autoestima es de carácter social: La autoestima sólo se entiende en las relaciones interpersonales y depende de éstas, pues se basa en la congruencia entre la percepción y la valoración de sí mismo y la opinión que los demás tienen.

La autoestima es integrativa: Incluye a la persona como un todo, es decir, hace referencia a la persona en sus habilidades, eficiencia, sentimientos expresados en sus conductas y actitudes.

La autoestima es dinámica: Se desarrolla permanentemente de acuerdo a etapas y actividades, que se realizan. Esto se puede apreciar en un determinado momento de nuestra vida; el concepto

que tenemos de nosotros ahora no es el mismo que teníamos antes y el que tenemos ahora puede cambiar.

La autoestima es resultado de experiencias vivenciales: La persona tienen una autoestima alta o baja como resultado de haber experimentado éxito o fracaso y por haber tenido la oportunidad o no para ellos.

Características de la autoestima positiva: Una persona con autoestima positiva:

- a. Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos, aun cuando encuentre fuerte oposición colectiva; se siente lo suficiente seguro de cómo modificar esos valores y principios si las nuevas experiencias indican que estaba equivocada.
- b. Es capaz de obrar, según crea más acertado, confiando en su propio juicio y sin sentirse culpable, cuando a otros les parece mal lo que haya hecho.
- c. No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que le pueda ocurrir en el futuro.
- d. Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- e. Se considera y, se siente igual, a cualquier otra persona; aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

- f. Da por sobreentendido, ser una persona interesante y valiosa para otros, por lo regular para aquellos con quienes se asocia.
- g. No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- h. Reconoce y acepta sobre sí misma una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otras personas si le parece que vale la pena.
- i. Es capaz de disfrutar diversas actividades como: trabajar, jugar, holgazanear, caminar, estar con amigos, etc.
- j. Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia, generalmente aceptadas, divertirse a costa de los demás.

Características de la autoestima negativa:

Una persona con baja autoestima tiene:

- a. Autocrítica y rigurosa y desmesurada, que lo mantiene en un estado de insatisfacción consigo mismo.
- b. Hipersensibilidad a la crítica, por lo que se siente exageradamente herida; echa la culpa de sus fracasos a los demás o la situación. Cultiva resentimientos contra sus críticos.
- c. Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- d. Deseo innecesario de complacer, por lo que no se atreve a decir NO, por miedo a desagradar y a perder la benevolencia o buena opinión del peticionario.

- e. Perfeccionismo, auto exigencia esclavizadora de realizar “perfectamente” todo lo que intenta, con el consecuente de desaliento, cuando las cosas salen con la perfección exigida.
- f. Culpabilidad neurótica, por lo que acusa y condena conducta que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y los lamenta indefinidamente, sin llegar a perdonarse por completo.
- g. Hostilidad flotante, hiperirritabilidad, por cosas de poca importancia, propio criterio negativo, a quien todo le sienta mal, le disgusta le decepciona, nada le satisface.
- h. Tendencias depresivas, negativismo generalizado, no aprecia: su vida. su futuro y sobre todo, a si misma y una incapacidad generalizada para disfrutar de la vida.

2.3.5. Niveles de autoestima

En relación a los grados o niveles de autoestima, **Cooper Smith (1996)**, afirma que la autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media o baja, que se evidencia porque las personas experimentan las mismas situaciones en forma notablemente diferente, dado que cuentan con expectativas diferentes sobre el futuro y las relaciones afectivas. Explica el autor que estos niveles se diferencian entre sí dado que caracteriza el comportamiento de los individuos, por ello, las personas con autoestima alta son activas, expresivas, con éxitos sociales y académicos, son líderes, no rehúsen al desacuerdo y se interesan por asuntos públicos.

También es característico de los individuos con alta autoestima, la baja destructividad al inicio de la niñez, les perturban los sentimientos de ansiedad, confían en sus propias percepciones, esperan que sus esfuerzos deriven el éxito, se acercan a otras personas con la expectativa de ser bien recibidas, consideran que el trabajo que realizan generalmente es de alta calidad, esperan realizar grandes trabajos en el futuro y son populares entre los individuos de su misma edad. En referencia a los individuos con un nivel de autoestima medio, Cooper Smith (1996), afirma que son personas que se caracterizan por presentar similitud con las que presentan alta autoestima, pero la evidencian en menor magnitud, y en otros casos, muestran conductas inadecuadas que reflejan dificultades en el auto concepto. Sus conductas pueden ser positivas, tales como mostrarse optimistas y capaces de aceptar críticas, sin embargo, presentan tendencia a sentirse inseguros en las estimaciones de su valía personal y pueden depender de la aceptación social.

Por ello, se indica que los individuos con un nivel medio de autoestima presentan autoafirmaciones positivas más moderadas en su aprecio de la competencia, significación y expectativas, y es usual que sus declaraciones, conclusiones y opiniones en muchos aspectos, estén próximos a los de las personas con alta autoestima, aun cuando no bajo todo contexto y situación como sucede con éstos.

Finalmente, Cooper Smith (1996), conceptualiza a las personas con un nivel de autoestima bajo como aquellos individuos que muestran desánimo, depresión, aislamiento, se sienten poco atractivos, así como incapaces de expresarse y defenderse pues sienten temor de provocar el enfado de los demás. Agrega que estos individuos se consideran débiles para vencer sus deficiencias, permanecen aislados ante un grupo social determinado, son sensibles a la crítica, se encuentran preocupados por problemas internos, presentan dificultades para establecer relaciones amistosas, no están seguros de sus ideas, dudan de sus habilidades y consideran que los trabajos e ideas de los demás son mejores que las suyas.

Craighead, McHeal y Pope (2001), por su parte, coinciden con lo anteriormente señalado, afirmando que los individuos con alta autoestima, reflejan un auto concepto positivo sobre su imagen corporal, así como en relación a sus habilidades académicas, familiares y sociales. Ello implica que los individuos con alta autoestima se muestren seguros, acertados, eficientes, capaces, dignos y demuestren estar en disposición para lograr las metas, resolviendo problemas y demostrando habilidades de comunicación. Por tanto, un individuo que tiene una autoestima alta o positiva se evalúa a sí mismo de manera positiva y se siente bien acerca de sus puntos fuertes, demuestra auto confianza y trabaja sobre su área débiles y es capaz de personarse a sí mismo cuando falla en algo acerca de sus objetivos.

En el caso contrario, explican los mismos autores, los individuos de autoestima baja, pueden exhibir una actitud positiva artificial hacia sí mismos y hacia el mundo, en un intento desesperado de hacer creer a otros y a sí mismo que es una persona adecuada. Por ello, pueden retraerse, evitando el contacto con otros, puesto que temen que más tarde o temprano los rechazarán. Un individuo con baja autoestima es esencialmente una persona que consigue muy pocas cosas o razones para sentirse orgullosa de sí misma.

Entre las características de estos individuos se encuentran que se muestran retraídos, confusos, sumisos, con dificultades para identificar soluciones a las experiencias que se les presentan, lo cual los traduce en erráticos en algunas de sus conductas, todo lo cual refuerza sus problemas de auto concepto y autocontrol, afectando así la autoestima.

2.3.6. Desarrollo de la autoestima infantil.

2.3.6.1. Aproximación conceptual.

Según Rodríguez (2004) el concepto que tenemos de nuestra valía se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos recogemos durante nuestra vida: creemos que somos inteligentes o “tontos”, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias reunidos se conjugan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un sentimiento de no ser lo que esperábamos.

El concepto del Yo y de la autoestima se desarrolla gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas. Cada etapa aporta impresiones y sentimientos. El resultado es un sentimiento generalizado de valía o de incapacidad.

La autoestima se construye a lo largo de la vida. El aspecto personal de un niño tiene un valor para sus padres y entorno inmediato y van a contribuir al auto percepción que ese niño tenga de sí mismo. Pero es en los primeros años con la experiencia de socialización, cuando los padres enseñan a sus hijos qué conductas son aceptables, cuáles son perjudiciales, reprochables, peligrosas y lo enseñan a través de la aprobación o el rechazo, del premio o el castigo.

Lo amenazante es, por su misma naturaleza, no adecuado. Un niño que recibe una cachetada o un insulto de su madre, junto a una tremenda reprimenda, siente profunda e intensamente la retirada de la desaprobación materna puede pensar de sí que es malo y que ha sido reprobado. En este caso el niño construye un concepto de sí mismo pobre, desvalorizado.

Un niño que es reconocido, aceptado como es, con su sexo, su aspecto físico, sus habilidades y sus dificultades, y esta información es confirmada una y otra vez por sus padres, hermanos, profesores, etc., está construyendo una

suma de juicios sobre sí mismo que contribuirán decisivamente en la construcción de una adecuada autoestima.

Los primeros intercambios de afecto entre el recién nacido y su madre y las formas tempranas de cuidados físicos ya aumentan o disminuyen la autoestima infantil. Se puede considerar un precursor de la autoestima el tener sentimientos corporales agradables, como el sentirse acariciado, mirado, etc. Es por esta razón por la cual uno puede suponer que los orígenes de la autoestima están íntimamente ligados a través de la vida humana con nuestras evaluaciones de lo atractivo de nuestro cuerpo y nuestra cara. La imagen del niño que nace estará asociada a sentimientos de aceptación que le darán al niño la posibilidad de sentirse querido y le proveerán de seguridad.

Por este motivo, diversas enfermedades, entre ellas las malformaciones, amenazan desde temprana edad la autoestima de los niños.

En la segunda mitad del segundo año, cuando el niño comienza a ser capaz de generar metas, es decir, de tener inquietudes y deseos de hacer algo por él mismo, demostrar que es capaz de obtener logros, su autoestima derivará de dos fuentes, por un lado, de la aprobación de los otros y, por otro, de la satisfacción de realizar una

actividad agradable por sí mismo y de manera independiente.

Durante los años escolares, los niveles de autoestima se ven afectados aún más por la adquisición de habilidades y de competencia, especialmente en el desempeño escolar, en las relaciones de amistad y en los deportes. Durante estos años, la autoestima se ve profundamente afectada por los éxitos y los fracasos en estas tres áreas de la vida del niño. La lectura es una habilidad importancia a obtener en el inicio de los años escolares. La capacidad de leer adecuadamente está íntimamente ligada con la autoestima. La lectura no sólo es el punto de apoyo para el resto de su aprendizaje. Un niño que lee mal, es a sus propios ojos una persona inadecuada, y los niños se sienten malos o “tontos” y muy frecuentemente también son vistos de la misma manera a los ojos de sus padres, sus maestros y sus amigos.

Podríamos decir que los dos retos para la autoestima en los años escolares son:

- 1.- El rendimiento académico
- 2.- El ser exitoso en las relaciones con los grupos de amigos de la misma edad, ya sea individual o grupalmente, así como el ser competente dentro de una actividad deportiva o artística.

2.3.6.2. Estrategias para desarrollar la autoestima infantil.

La autoestima es un ingrediente muy importante para una vida exitosa y feliz. Una persona puede ser bendecida con inteligencia y talento pero si carece de autoestima, puede resultar un obstáculo para alcanzar el éxito en sus tareas, relaciones y virtualmente en todas las áreas de la vida. Los primeros años en la vida de un niño son el fundamento de una sana autoestima. Tenemos al niño en sus primeros años de vida. Durante estos años, lo que entra en la mente de los niños es muy impactante, y deja una marca de por vida. Por ello, los padres tienen una oportunidad única, irrepetible de abrir "la cuenta bancaria de la autoestima" en la cual el niño almacenará muchas cosas positivas sobre sí mismo. En los años y décadas por venir, esta "cuenta bancaria" se enfrentará con las experiencias negativas de la vida, que son inevitables.

¿Cómo comenzamos la cuenta bancaria de los niños?

¿Cómo podemos, aumentar la autoestima de los niños?

Aquí hay algunas sugerencias:

1. **Demuestre amor y afecto al su niño.** Todas nuestras acciones con los niños, desde la infancia, se deben hacer con afecto y amor. Un bebé que fue tratado con amor y afecto tendrá la sensación subconsciente que es lo suficientemente digno e importante para ser amado.

2. **Felicite al niño.** Dé al niño tantos elogios como sea posible, siempre que hagan algo correctamente. Dígale, "Estoy muy orgulloso de ti. Eres muy especial. Me gusto la manera que lo has hecho. "
3. **Haga sus elogios creíbles.** Es importante, sin embargo, que los elogios sean creíbles. Los elogios exagerados como, "Eres el mejor del mundo. Eres la persona más agradable que existe " pueden ser contraproducentes. El niño desarrollará un ego exagerado, y esto puede afectar la relación con sus amigos, y a la larga, tendrá un efecto negativo en su autoestima.
4. **Fije metas para el niño.** La meta debe ser alcanzable vestirse solo, conseguir una mejor calificación en la próxima prueba. Fije metas que sean acorde a la edad y las capacidades de su hijo (fijar una meta inalcanzable tiene un efecto negativo). Mientras el niño se esfuerza en lograr la meta, acompañelo y felicítelo a cada paso del camino. Una vez que su hijo alcance la meta, felicite su logro y refuerce su imagen personal de emprendedor.
5. **Critique la acción, no a la persona.** Cuando el niño haga algo negativo, dígale, "Eres un niño bueno y especial, no debes hacer esas cosas" en vez de decir, "eres malo."

6. Tome en cuenta los sentimientos del niño. Cuando sufra un golpe a la autoestima, es importante considerar sus sentimientos. Por ejemplo, si el niño se siente ofendido por un comentario hecho por un amigo o un profesor, dígame "Sí, sé que te ofendió lo que dijo esa persona " o "Sé que sientes que tu amigo no te quiere". Solo después que su hijo sienta que sus sentimientos son importantes y tomados en cuenta, él estará abierto para que usted alimente su autoestima mostrándole toda la gente que si lo quiere y respeta, y las cosas positivas que otros han dicho sobre él.

7. Siéntase orgulloso del niño. Habitualmente, debemos recordar decir a nuestros hijos cuan afortunados y orgullosos somos de ser sus padres.

8. Hable positivamente con el niño en presencia de la gente importante en su vida, como abuelos, profesores, amigos etc.

9. Nunca compare a los niños con otros. Nunca le diga: "¿Por qué no eres como Pablito?". Y cuando tales comparaciones son hechas por otras personas, tranquilice a su hijo y dígame que él es especial y único a su manera. "

10. Asegúrese que cuando otros traten con los niños sepan cuáles son sus puntos fuertes. Al principio del

año escolar, hable con los profesores de su hijo y dígales cuáles son sus puntos fuertes y las áreas en las cuales él o ella sobresalen, de modo que el profesor tenga una perspectiva positiva de ellos y continúe fortaleciendo estos puntos.

11. Dígale al niño regularmente que lo ama incondicionalmente. Cuando fallan, o hacen algo incorrecto, recuerde decirles, "¡Eres especial para mí, y yo te amo siempre, sin importar lo que pase!"

12. Mejore su propia autoestima. Usted necesita verse a sí mismo positivamente. Los padres que carecen de suficiente autoestima tendrán dificultades para mejorar la autoestima de sus hijos. Un buen padre es un padre que sabe que él o ella no son perfectos pero se valoran por lo que son, siempre intentando crecer y mejorar.

2.3.7. Definirse a sí mismo y potenciar los aspectos positivos de cada niño(a).

Se evalúa los aspectos positivos y los aspectos negativos sobre: la apariencia física, capacidad intelectual, forma de ser, rendimiento escolar, pensamientos y actitudes en relación a uno mismo, en relación a los demás y exploraremos cómo hace frente a las tareas y obligaciones.

Para llevar a cabo la evaluación es también muy importante la información que nos faciliten los padres, profesores y personas próximas al niño.

A los niños se les normaliza y se les transmite la idea de que cada uno de nosotros somos diferentes de los demás. Somos más o menos guapos, somos más altos o más bajos, más inteligentes o menos, más nerviosos o más tranquilos. Cada uno es como es, es decir uno mismo. Todos podemos cambiar algunas cosas para aprender a estar más contentos con nosotros mismos.

El primer objetivo sería que el niño expresara cómo se siente ante las diferentes áreas que afectan a su autoestima.

Es importante ir potenciando los aspectos positivos que el niño tiene e ir cambiando su forma de pensar e interactuar con los demás, aumentando, de esta forma, su autoestima.

2.3.7.1. Resolución de problema

Los niños(as) se enfrentan a problemas diariamente. Se enfrentan a burlas de sus compañeros, la ansiedad ante un examen, ser excluidos de los juegos u otras actividades.

Los niños que adquieren la habilidad de resolver problemas tienen una serie de ventajas. Los niños a los que se les ha enseñado a usar estrategias para la resolución de problemas suelen enfrentarse al estrés y a la tolerancia a la frustración con mayor eficacia. La capacidad para resolver problemas puede ser una fuente de autoestima positiva para el niño.

Para la resolución de problemas se debe explicar y discutir los siguientes puntos con el niño:

Los problemas forman parte de la vida diaria.

Los niños(as) pueden aprender a resolver muchos de sus problemas sin la ayuda de los adultos (anime al niño a resolver algunos de los problemas que resolvió él sólo).

Los sentimientos son señales importantes de la existencia de un problema (dé algunos ejemplos, por ejemplo, cómo sentimientos de miedo que sientes cuando descubres que te has perdido en una excursión).

Cuando te des cuenta que tienes un problema, lo primero que hay que hacer es “pararse a pensar”.

2.3.8. Autoafirmaciones

Explicar al niño(a) las autoafirmaciones de la forma siguiente:

“Todos hablamos con nosotros mismos cada día. Muchas veces, nadie más puede saber lo que pensamos, de hecho, algunas veces ni siquiera nosotros mismos nos damos cuenta de cierto tipo de mensajes que nos enviamos, pero estos pequeños mensajes son muy importantes, ya que pueden afectar a la manera en qué nos sentimos”.

Como por ejemplo: las críticas que nos hacemos después de haber cometido un error (ejemplo, si en un partido tiro un penal y no meto gol, puedo decirme a mí mismo “Soy un imbécil” o “Soy muy torpe”).

Explicarle que muchas autoafirmaciones nos hacen sentir mal, lo cual hace que la situación parezca a menudo peor de lo que es.

Por ejemplo, si alguien de tu clase se está burlando de ti, es muy normal que te sientas mal. Pero si esta situación hace que envíes un mensaje que dice “todo el mundo me odia”, te vas a sentir fatal. Por eso, es importante saber evitar las autoafirmaciones que te hagan daño. Confronta y hazle ver al niño que es posible que no le caigas bien a alguien pero eso no significa que “todos te odien”.

2.3.9. Autocontrol

El autocontrol es un factor que influye en la autoestima de los niños, ya que aquellos que son capaces de controlar sus emociones y comportamientos se sienten más competentes, fortaleciendo su autoestima. Además, son valorados más positivamente por los otros, incluidos los profesores y padres; mientras que los que se comportan de forma impulsiva o pierden el control de sí mismos a menudo se les desaprueba.

Los niños pueden mostrar problemas de autocontrol muy diversos. Algunos de ellos presentan dificultades para inhibir sus impulsos o emociones durante situaciones sociales (en casa, en clase, en el patio del colegio); otros realizan las tareas escolares de forma impulsiva, etc.

Se le debe hacer una explicación al niño del autocontrol como por ejemplo: “La mayoría de las veces, los padres, los profesores e incluso los chicos mayores les dicen a los niños lo que deben hacer y se preocupan por ellos, pero cuando se hacen más mayores, más veces te has de decir a ti mismo qué es lo que debes hacer y cómo debes comportarte”.

2.3.10. Imagen Corporal

2.3.10.1. Intervenciones para mejorar la imagen personal

La intervención se basará en dos aspectos:

Modificación de sus conductas evidentes relativas a su apariencia física, tales como: la forma de vestir, la higiene personal, la alimentación o el ejercicio físico.

Modificación de sus modelos internos sobre el atractivo físico, es decir, de cómo le gustaría ser, es decir, sus propios ideales.

2.3.10.2. Enseñanza de las normas sobre apariencia personal.

Es necesario hablar con los niños(as) sobre las normas básicas de higiene y darle información sobre las consecuencias que existen por salir sucio, mal vestido u despeinado.

Identificación y modificación de los modelos sobre el atractivo físico:

- a) Modelos implícitos o explícitos que el niño tiene sobre sí mismo.
- b) Las autoevaluaciones que surgen de la comparación entre su actuación actual y su modelo.

Se tiene que transmitir al niño la idea de que los modelos que tiene le hacen sentir mal al no poder alcanzarlos.

Es importante pedir al niño que evalúe los múltiples aspectos de su imagen corporal (pelo, rasgos faciales, altura, peso, ropa, higiene). De

esta forma conseguimos que no todo del disgusto, empiezan a darse cuenta de que hay partes de su cuerpo que si les gustan.

2.3.10.3. Habilidades de Comunicación

Es importante intervenir en las habilidades de comunicación de los niños(as) ya que esta habilidad les va a permitir aumentar su red social y, por tanto, estar más contentos y aumentar su autoestima.

Para que el niño(a) aprenda las habilidades de comunicación habrá que utilizar técnicas tales como: role-playing, técnicas que favorezcan la expresión emocional, técnicas que aumenten la empatía (por ejemplo, técnicas de hacer críticas, etc.

Es muy beneficioso que pudiera practicarlo con otros niños en sesiones de grupo dedicadas a desarrollar las habilidades de comunicación y sociales.

Habilidades de comunicación

Escuchar.

Prestar atención.

No interrumpir.

Mostrar interés.

Compartir.

Cooperar en las actividades de grupo.

Hacer cumplidos.

Recibir cumplidos.

Unirse al grupo cordialmente.

Acabar las interacciones cordialmente.

2.3.11. Los 6 Pilares de la Autoestima según Nathaniel Branden

La autoestima debe considerarse competente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad.

La autoestima tiene dos componentes relacionados entre sí: uno es la sensación de confianza frente a los desafíos de la vida: Eficacia Personal y el otro es la sensación de considerarse merecedor de la felicidad: El respeto a uno mismo.

La eficacia personal significa confianza en el funcionamiento de mi mente, en mi capacidad para pensar, entender, aprender, elegir y tomar decisiones; confianza en mis capacidades para entender los hechos de la realidad que entran en el ámbito de mis intereses y necesidades, en creer en mí mismo, en la confianza en mí mismo.

El Respeto en uno Mismo. Significa el reafirmante en mi valía personal, es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y ser feliz el confort al reafirmar de forma apropiada mis pensamientos mis deseos y mis necesidades; el sentimiento de que la alegría y la satisfacción son derechos innatos naturales.

La autoestima es una consecuencia, un producto de prácticas que se generan interiormente, no podemos trabajar directamente sobre la autoestima ni sobre la nuestra ni sobre la de nadie. Debemos dirigirnos a la fuente de la misma para esto debemos modificar, corregir y valorar los 6 pilares de la autoestima.

La práctica de vivir conscientemente.

La práctica de aceptarse a sí mismo.

La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo.

La práctica de la autoafirmación.

La práctica de vivir con propósito.

La práctica de la integridad personal.

2.4. BASES EPISTÉMICOS

Las bases de la autoestima son los elementos fundamentales sobre las cuales surge y se apoya su desarrollo. Wilber (1995), al enfocar la autoestima refiere que la misma se apoya en tres (3) bases esenciales:

1. Aceptación total, incondicional y permanente: el niño es una persona única e irrepetible. Él tiene cualidades y defectos, pero tenemos que estar convencidos de que lo más importante es que capte el afán de superación y la ilusión de cubrir pequeños objetivos de mejora personal. Las cualidades son agradables de descubrir, los defectos pueden hacer perder la paz a muchos padres, pero se pueden llegar a corregir con paciencia, porque el adulto acepta totalmente la forma de ser del hijo, incondicionalmente y por siempre.

La serenidad y la estabilidad son consecuencia de la aceptación y, esto quiere decir, actuar independientemente de nuestro estado de ánimo. También en circunstancias de más dificultades, como serían las de tener hijos discapacitados tendremos que crear la aceptación plena no sólo de los padres sino también de los hermanos y familiares, con la convicción de que repercutirán todos los esfuerzos en bien de la familia.

2. Amor: ser testigo de amor constante y realista será la mejor ayuda para que los niños logren una personalidad madura y estén motivados para rectificar cuando se equivoquen. Al amar siempre se deberá corregir la cosa mal hecha, ya que al avisar se da la posibilidad de rectificar y, en todo caso, siempre se debe censurar lo que está mal hecho, nunca la persona.

3. Valoración: elogiar el esfuerzo de nuestro hijo, siempre es más motivador para él, que hacerle constantemente recriminaciones. Ciertamente que a veces, ante las desobediencias o las malas respuestas, se pueden perder las formas, pero los mayores deben tener la voluntad de animar aunque estén cansados o preocupados; por esto, en caso de perder el control, lo mejor es observar, pensar y cuando se esté más tranquilo decir, por ejemplo: “esto está bien, pero puedes hacerlo mejor”. Durante el tiempo que se está con los hijos siempre se tiene ocasiones para valorar su esfuerzo, no pedirle más de lo que puede hacer y ayudarlo a mejorar viendo la vida con un sentido deportivo.

La persona, entonces tiene que procurar aceptarse y que con optimismo supere sus dificultades. De esta manera, conseguir que el niño sepa que se le ama por lo que es él y será capaz de desarrollar al máximo todas sus capacidades personales. Tenemos que decir lo que está bien, sin darle ningún calificativo a él.

McKay y Fanning (1999), señalan que las bases de la autoestima se encuentran en la educación recibida en la infancia. Existe actualmente

suficiente evidencia acerca de la importancia de su desarrollo en el contexto escolar y de su impacto en el rendimiento escolar de los alumnos.

La valoración de sí mismo que tiene cada persona es fundamental para poder alcanzar las metas que cada uno se propone durante las distintas etapas de su vida. Mientras más alta sea la autoestima de una persona, más posible le será llegar a ser quien desea ser en el futuro, si se esfuerza y trabaja por conseguirlo. En este sentido, una buena autoestima favorece que la persona se sienta capaz, sienta que cuenta con los recursos para lograr esas metas.

Para los autores antes mencionados, aquellas personas que se enfrentan a los desafíos de la vida con una autoestima positiva pasan a tener un largo trayecto avanzado en cuanto a los logros que se plantean. Poseen una confianza en sus capacidades y un conocimiento de sí mismos que los lleva a elegir correctamente aquellas tareas en que son capaces de desempeñarse óptimamente, lo cual refuerza su convicción de que son personas competentes.

Por tanto, la autoestima tiene además un importante valor preventivo en relación a conductas antisociales, tanto durante la infancia, como en las etapas posteriores de la vida. El niño con buena autoestima tiene muchas posibilidades de ser un adulto feliz y exitoso, ya que cuenta con un escudo psicológico que lo protege por toda la vida.

La autoestima es una de las necesidades humanas y por ello es necesario mencionar a Abraham Maslow y la jerarquía de necesidades expuestas por él, que se “cumplen” en el ser humano. En ellas establece que si no se satisfacen las necesidades de sobrevivencia y seguridad, no se logran

satisfacer las de pertenencia y estima y, si estas no se cumplen no se alcanzarán las de más alto nivel como las de conocimiento, logros intelectuales, apreciación estética y por lo tanto no se llegará a la realización plena de la persona.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Según la orientación que asume la investigación es aplicada, porque resolvió un problema concreto produciendo cambios en la autoestima de un grupo de estudiantes aplicando el Programa “CREYENDO EN MI”.

Según el enfoque de investigación es cuantitativa, porque se utilizó técnicas estadísticas expresando los resultados cuantitativamente.

Según el nivel o alcance, la investigación es explicativo-experimental, ya que se explicó los fenómenos, determinando sus relaciones de causa efecto y que después de conocer los factores que han dado origen al problema, se aplicará un tratamiento metodológico, que en nuestro caso, es el Programa “CREYENDO EN MI” para mejorar la autoestima, así mismo nos permitió realizar la prueba de hipótesis explicativas.

3.2. DISEÑO Y ESQUEMA DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de la presente investigación es experimental en su modalidad cuasi experimental con dos grupos, uno de control y otro experimental. Es cuasi experimental porque no se tuvo un control interno riguroso, ya que los sujetos no fueron asignados aleatoriamente a los grupos de trabajo, Hernández y otros (2014). Este diseño implica tres pasos a seguir:

1. Una medición previa (pre test) de la variable dependiente a ser estudiada. La misma que se realizó simultáneamente tanto al grupo experimental y control el 14 de octubre del 2017.
2. Introducción o aplicación de la variable independiente o experimental (Programa “CREYENDO EN MI”) a los sujetos del grupo experimental. Dicha aplicación se realizó en 12 sesiones de aprendizaje desde el 17 de octubre al 7 de diciembre del 2017.
3. Una nueva medición (pos test) de la variable dependiente. La misma que se realizó simultáneamente tanto al grupo experimental y control el 9 de diciembre del 2017.

El esquema es:

G.E.:	O₁	X	O₂
G.C.:	O₃	-----	O₄

Donde:

O₁ y O₃ = Pre test

X = Tratamiento

O₂ y O₄ = Pos test

----- = Ausencia del tratamiento

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

Población: “La población, (...) es un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación...” (Arias, 2006, p. 81).

La población en la presente investigación estuvo constituida por 90 estudiantes del 1° Grado de primaria de la Institución Educativa N°

32011 “Hermilio Valdizán de la ciudad de Huánuco, Distrito, Provincia y Departamento de Huánuco. Dicha población se puede observar en el siguiente cuadro:

Cuadro 1. Población de estudiantes de 1º Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán, Huánuco-2017

GRADO		SECCIÓN	NÚMERO DE ALUMNOS
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 32011 “HERMILIO VALDIZÁN”	1°	A	28
		B	30
		C	24
		D	24
		E	30
	SUBTOTAL		
TOTAL			136

Fuente: Nómina de matrícula del 2017.

Elaboración: La investigadora

Muestra: “La muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible.” (Arias, 2006, p. 83).

Tomando como referencia esta cita, nuestro tamaño muestral lo constituyen 48 estudiantes de las secciones C y D del 1º Grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán, donde la sección C, fue el Grupo experimental y la sección D, el grupo de control. La muestra se puede observar en el siguiente cuadro:

Cuadro 2. Muestra de estudiantes de 1º Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán, Huánuco-2017

GRADO		GRUPO	SECCIÓN	NÚMERO DE ALUMNOS
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 32011 “HERMILIO VALDIZÁN”	1º	EXPERIMENTAL	C	24
		CONTROL	D	24
			SUBTOTAL	
TOTAL				48

Fuente: Nómina de matrícula del 2017.

Elaboración: La investigador

3.4. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. Fichaje. Para la recolección de información para la elaboración se utilizaron las fichas bibliográficas y hemerográficas.

3.4.2. Test de autoestima. Que fue elaborado por las psicólogas: Teresa Marchant Orrego, Isabel Margarita Haeussler P. de A. y Alejandra Torretti H. y estandarizada en 1997.

Descripción y Validez: fue determinada a través de juicios de expertos, siendo validado por los siguientes: Mg. Alberto Zelada Zegovia, Mg. Carlos Sotelo Estacio, Dr. Javier Mendoza Balarezo y Mg. Danitza Robledo Gutiérrez.

Confiabilidad

El criterio de confiabilidad del instrumento se determinó en la presente investigación, por el coeficiente de Alfa Cronbach, desarrollado por J. L. Cronbach, lo cual requiere de una sola administración del instrumento de medición y produce valores que oscilan entre uno y cero. Para dicho proceso se aplicó el instrumento

que midió la variable dependiente en una muestra piloto conformado por 8 estudiantes del 1° Grado B de primaria de la Institución Educativa N° 32011.

La confiabilidad del instrumento que midió la autoestima de los estudiantes es:

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	8	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	8	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,936	20

Como el valor del coeficiente Alfa de Cronbach es 0.936, entonces el instrumento es altamente confiable

3.5. TÉCNICAS DE RECOJO, PROCESAMIENTO Y PRESENTACIÓN DE DATOS

Técnica de recojo: Se realizó mediante la aplicación de pre y post test tanto al grupo experimental y control.

Técnica de procesamiento: Recolectada la información, se ordenó y se procesó utilizando los métodos de la Estadística Descriptiva.

Técnica de presentación de datos: Utilizando los métodos de la Estadística Descriptiva se presentaron los datos y resultados en tablas

y gráficos de barras precisando las frecuencias absolutas, relativas, las medidas de tendencia central especialmente el promedio o media aritmética.

Para la prueba de hipótesis se utilizó la Estadística Inferencial y de acuerdo al tipo, nivel, diseño, objetivos de la investigación y a la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov (K-S) se utilizó la prueba paramétrica "t" de Student.

Los datos se procesaron en el software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, v. 22.0)

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. PRESENTACIÓN, DESCRIPCIÓN E INTERPRETACIÓN

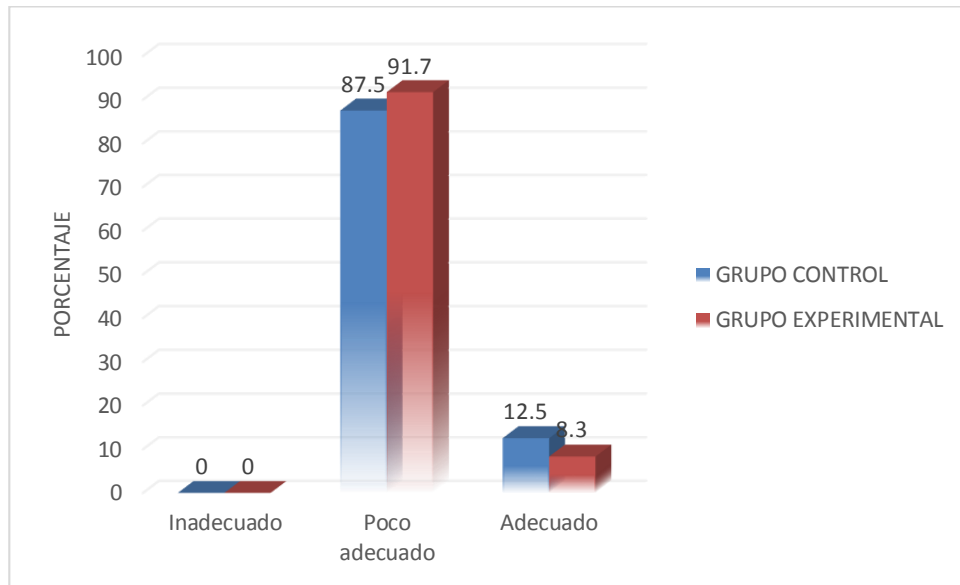
4.1.1. Resultados del Pre test

Tabla N° 01. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Inadecuada	00 - 06	0	0	0	0
Poco adecuada	07 - 13	21	87.5	22	91.7
Adecuada	14 - 20	3	12.5	2	8.3
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		12.50		12.33	

Fuente: Test aplicado noviembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 01. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 1
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 01, los resultados del pre test muestran que, el 87.5% de los estudiantes del grupo de control tienen una autoestima poco adecuada, el 12.5% tienen una autoestima adecuada y ninguno inadecuada. El promedio de la autoestima en este grupo es de 12.50 puntos que se encuentra en una valoración de poco adecuada. Mientras que el 91.7% de los estudiantes del grupo experimental tienen una autoestima poco adecuada, el 8.3% adecuada y ninguna inadecuada. El promedio de la autoestima en este grupo es de 12.33 puntos que se encuentra también en una valoración de poco adecuada.

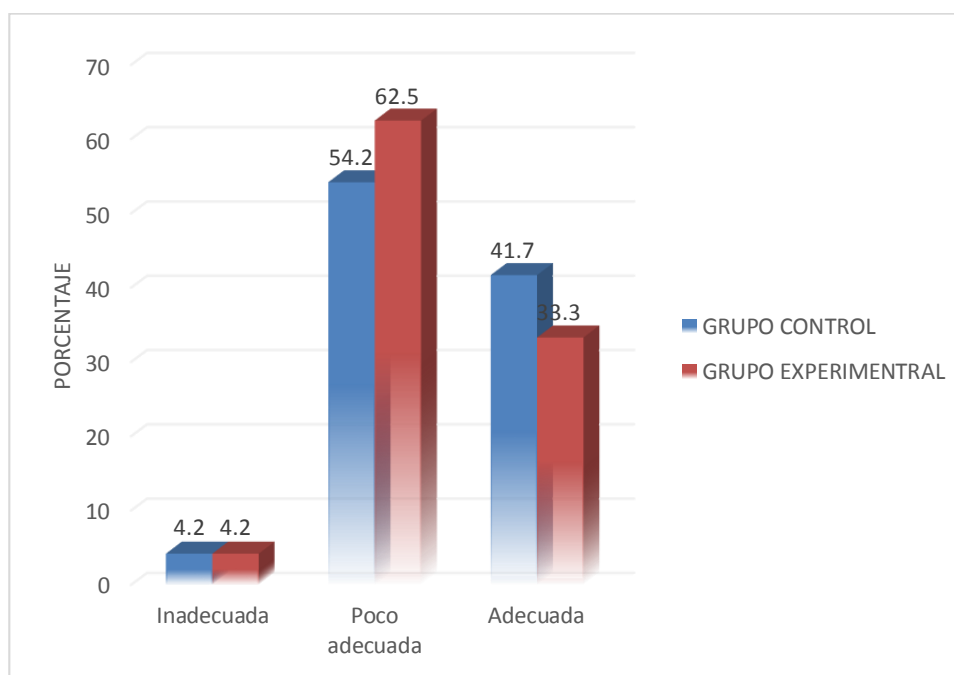
Este resultado nos muestra que la autoestima es poco adecuada en ambos grupos porque los estudiantes muestran una conducta poco adecuada, descuidan muchas veces su apariencia física y atributos, muestran en ocasiones mucha ansiedad y evidencian tristeza y poca satisfacción de lo que reciben de los demás.

Tabla N° 02. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Inadecuada	00 - 01	1	4.2	1	4.2
Poco adecuada	02 - 03	13	54.2	15	62.5
Adecuada	04 - 05	10	41.7	8	33.3
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		3.13		3.08	

Fuente: Test aplicado noviembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 02. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 2
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 02, los resultados del pre test muestran que, el 54.2% de los estudiantes del grupo de control tienen una conducta poco adecuada, el 41.7% adecuada y el 4.2% inadecuada. El promedio de la conducta en este grupo

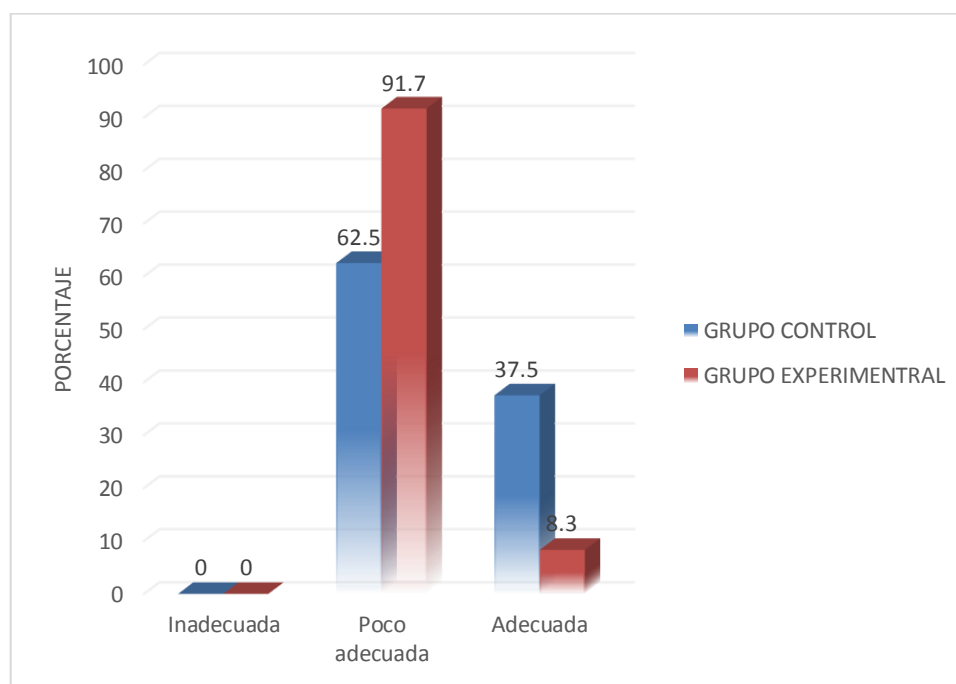
es de 3.13 puntos que se encuentra en una valoración de poco adecuada. Mientras que el 62.5% de los estudiantes del grupo experimental tienen una conducta poco adecuada, el 33.3% adecuada y el 4.2% inadecuada. El promedio de la conducta en este grupo es de 3.08 puntos que se encuentra también en una valoración de poco adecuada.

Tabla N° 03. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Inadecuada	00 - 01	0	0	0	0
Poco adecuada	02 - 03	15	62.5	22	91.7
Adecuada	04 - 05	9	37.5	2	8.3
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		3.25		2.79	

Fuente: Test aplicado noviembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 03. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 3
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 03, los resultados del pre test muestran que, el 62.5% de los estudiantes del grupo de control tienen una apariencia física y atributos poco adecuados, el 37.5% adecuados y ninguno inadecuado. El promedio de esta dimensión en este grupo es de 3.25 puntos que se encuentra en una valoración

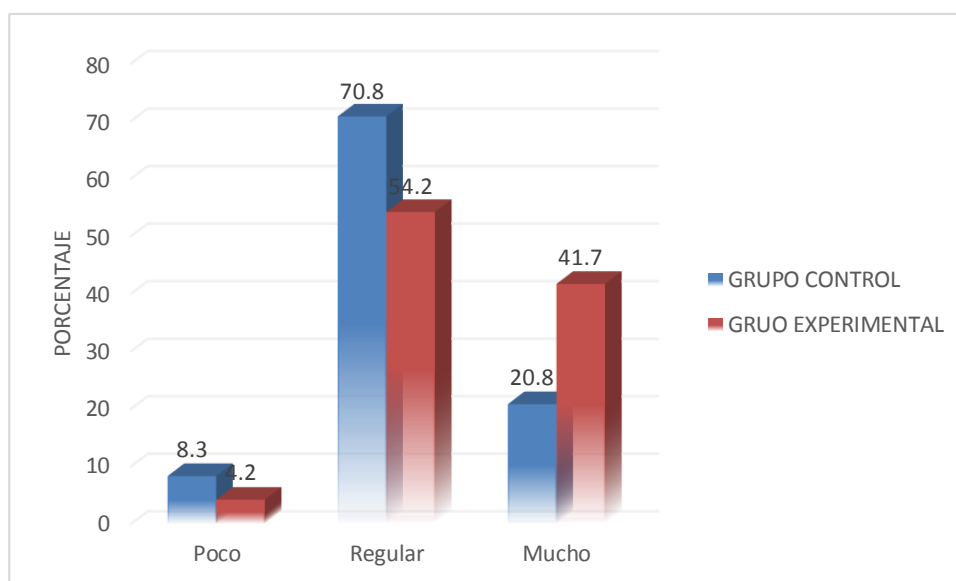
de poco adecuada. Mientras que el 91.7% de los estudiantes del grupo experimental tienen una apariencia física y atributos poco adecuados, el 8.3% adecuada y ninguno inadecuado. El promedio de esta dimensión en este grupo es de 2.79 puntos que se encuentra también en una valoración de poco adecuada.

Tabla N° 04. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Poco	00 - 01	2	8.3	1	4.2
Regular	02 - 03	17	70.8	13	54.2
Mucho	04 - 05	5	20.8	10	41.7
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		2.83		3.42	

Fuente: Test aplicado noviembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 04. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 4
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 04, los resultados del pre test muestran que, el 70.8% de los estudiantes del grupo de control tienen una regular ansiedad, el 20.8% tienen mucha ansiedad y el 8.3% poca ansiedad. El promedio de la ansiedad en este grupo es de 2.83 puntos que se encuentra en una valoración de regular. Mientras que el 54.2% de los estudiantes del grupo experimental tienen una regular ansiedad, el

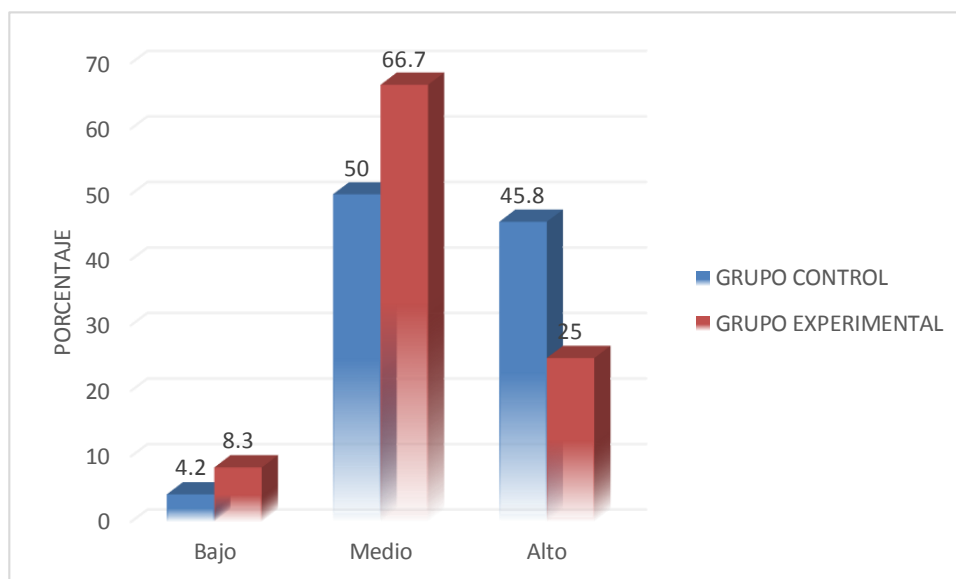
41.7 tienen mucha ansiedad y el 4.2% poca ansiedad. El promedio del de la ansiedad en este grupo es de 3.42 puntos que se encuentra también en una valoración de regular.

Tabla N° 05. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Bajo	00 - 01	1	4.2	2	8.3
Medio	02 - 03	12	50.0	16	66.7
Alto	04 - 05	11	45.8	6	25.0
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		3.29		3.04	

Fuente: Test aplicado noviembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 05. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”



Fuente: Tabla 5
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 05, los resultados del pre test muestran que, el 50% de los estudiantes del grupo de control evidencian que tienen una felicidad y satisfacción mediana, el 45.8% tienen una alta felicidad y satisfacción y el 4.2% evidencia poca o baja felicidad y satisfacción. El promedio de esta dimensión en

este grupo es de 3.29 puntos que se encuentra en una valoración de mediana o regular. Mientras que el 66.7% de los estudiantes del grupo experimental tienen una felicidad y satisfacción regular o mediana, el 25% alta felicidad y satisfacción y el 8.3% poca felicidad y satisfacción. El promedio de esta dimensión en este grupo es de 3.04 puntos que se encuentra también en una valoración media.

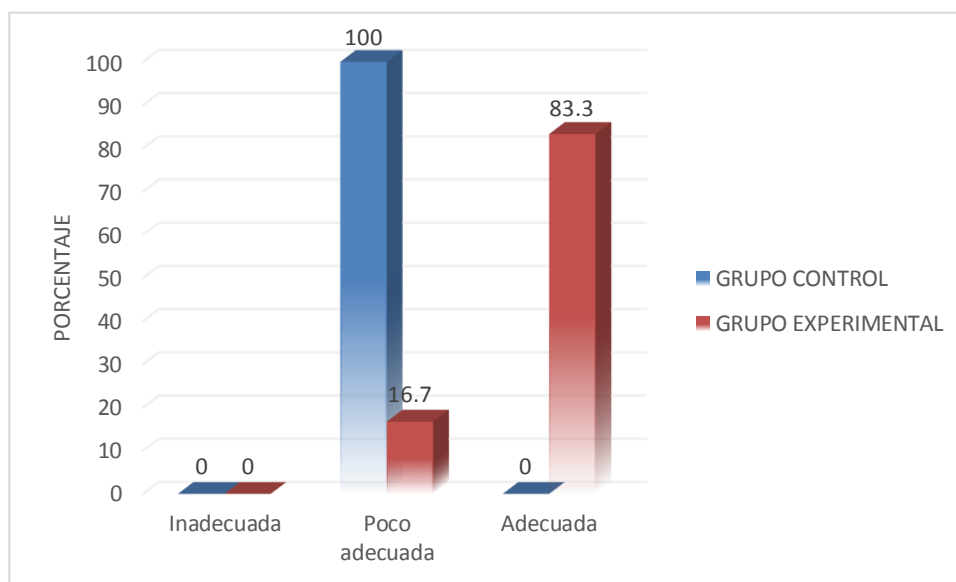
4.1.1. Resultados del Pos test

Tabla N° 06. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Inadecuada	00 - 06	0	0	0	0
Poco adecuada	07 - 13	24	100,0	4	16.7
Adecuada	14 - 20	0	0	20	83.3
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		12.04		17.29	

Fuente: Test aplicado diciembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 06. Autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”



Fuente: Tabla 6
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 06, los resultados del pos test muestran que, el 100% de los estudiantes del grupo de control tienen una autoestima poco adecuada. El promedio de la autoestima en este grupo es de 12.04 puntos que se encuentra en

una valoración de poco adecuada. Mientras que el 83.3% de los estudiantes del grupo experimental tienen una autoestima adecuada, el 16.7% tienen una autoestima poco adecuada y ninguna inadecuada. El promedio de la autoestima en este grupo es de 17.29 puntos que se encuentra en una valoración adecuada.

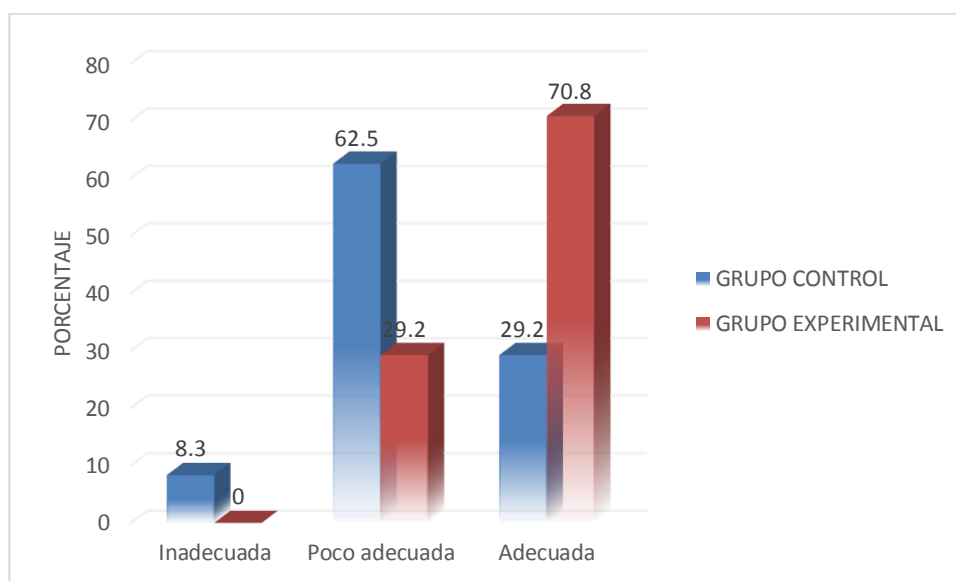
Este resultado nos muestra la efectividad del Programa "CREYENDO EN MI" en la mejora del autoestima de los estudiantes, puesto que mejoraron sustancialmente su conducta, su apariencia física y atributos, muestran en raras ocasiones poca ansiedad y se sienten más felices y satisfechos.

Tabla N° 07. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Inadecuada	00 - 01	2	8.3	0	0
Poco adecuada	02 - 03	15	62.5	7	29.2
Adecuada	04 - 05	7	29.2	17	70.8
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		2.92		4.04	

Fuente: Test aplicado diciembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 07. Conducta de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 7
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 07, los resultados del pos test muestran que, el 62.5% de los estudiantes del grupo de control tienen una conducta poco adecuada, el 29.2% adecuada y el 8.3% inadecuada. El promedio de la conducta en este grupo es de 2.92 puntos que se encuentra en una valoración de poco adecuada. Mientras

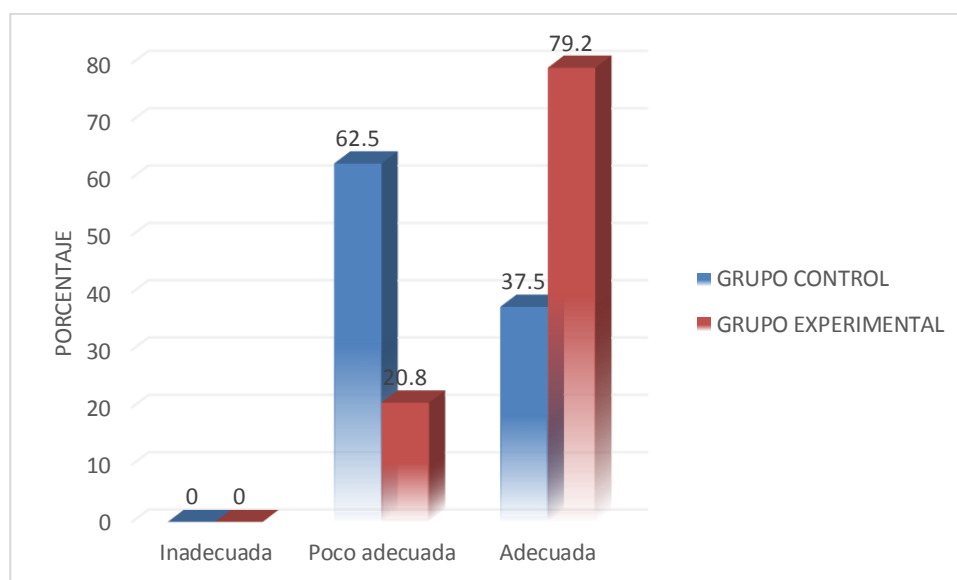
que el 70.8% de los estudiantes del grupo experimental tienen una conducta adecuada, el 29.2% poco adecuada y ninguno inadecuada. El promedio de la conducta en este grupo es de 4.04 puntos que se encuentra también adecuada; notándose que el programa aplicado mejora sustancialmente la conducta de la estudiante puesto que se evidencia u el mejor comportamiento, desarrollando buenas habilidades comunicativas y respeto a sus compañeros y profesores como al personal administrativo.

Tabla N° 08. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Inadecuada	00 - 01	0	0	0	0
Poco adecuada	02 - 03	15	62.5	5	20.8
Adecuada	04 - 05	9	37.5	19	79.2
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		3.21		4.21	

Fuente: Test aplicado diciembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 08. Apariencia física y atributos de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 8
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 08, los resultados del pre test muestran que, el 62.5% de los estudiantes del grupo de control tienen una apariencia física y atributos poco adecuados, el 37.5% adecuados y ninguno inadecuado. El promedio de esta

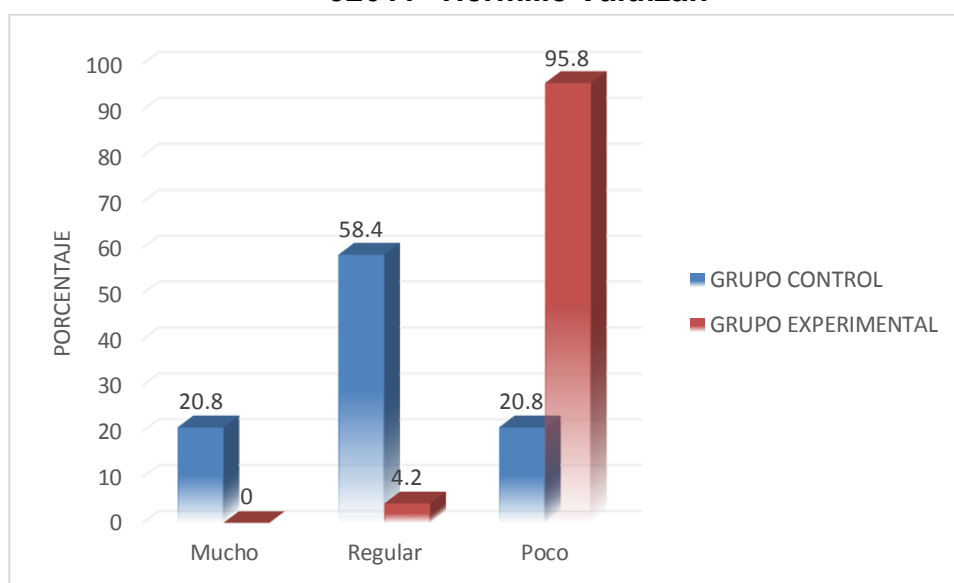
dimensión en este grupo es de 3.21 puntos que se encuentra en una valoración de poco adecuada. Mientras que el 79.2% de los estudiantes del grupo experimental tienen una apariencia física y atributos adecuados, el 20.8% poco adecuados y ninguno inadecuado. El promedio de esta dimensión en este grupo es de 4.21 puntos que se encuentra en una valoración adecuada. Se nota la importancia que tiene el Programa "CREYENDO EN MI", ya que mejoró la apariencia física y los atributos de los estudiantes donde se evidenció una mejor autoestima, tratan de imitar a buenos personales, se auto motivan, tratan de ser diferentes corrigiendo sus errores y se sienten mal cuando están de mal aspecto.

Tabla N° 09. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Mucho	00 - 01	5	20.8	0	0
Regular	02 - 03	14	58.4	1	4.2
Poco	04 - 05	5	20.8	23	95.8
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		2.63		4.71	

Fuente: Test aplicado diciembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 09. Ansiedad de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán



Fuente: Tabla 9
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 09, los resultados del pre test muestran que, el 58.4% de los estudiantes del grupo de control tienen una regular ansiedad, el 20.8% tienen mucha y poca ansiedad respectivamente. El promedio de la ansiedad en este grupo es de 2.63 puntos que se encuentra en una valoración de regular. Mientras que el

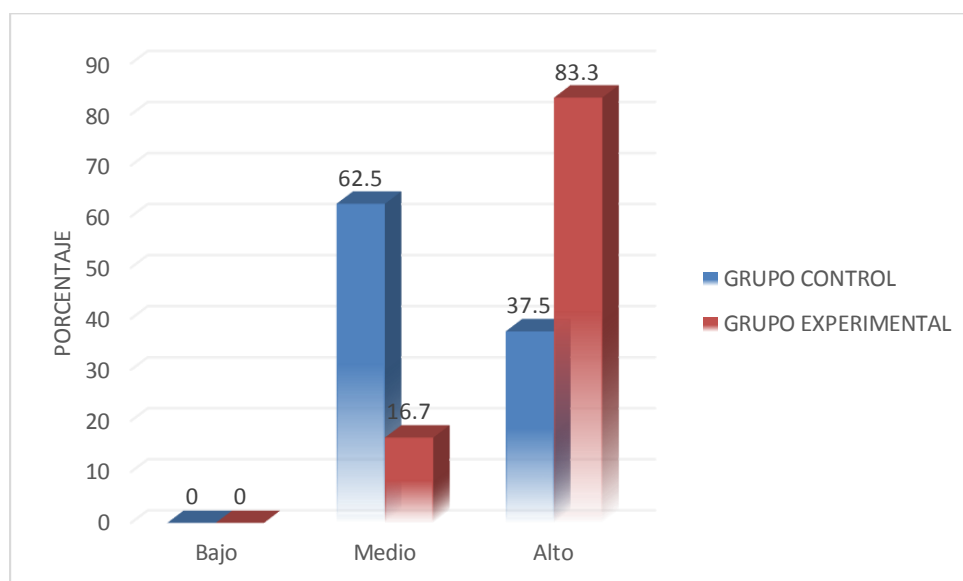
95.8% de los estudiantes del grupo experimental tienen poca ansiedad, el 4.2% tienen regular ansiedad y ninguno de ellos tiene mucha ansiedad. El promedio de la ansiedad en este grupo es de 4.71 puntos que se encuentra en una valoración de poca ansiedad.

Tabla N° 10. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”

VALORACIÓN	PUNTAJE	GRUPO CONTROL		GRUPO EXPERIMENTAL	
		Fi	hi(x100)	fi	hi(x100)
Bajo	00 - 01	0	0	0	0
Medio	02 - 03	15	62.5	4	16.7
Alto	04 - 05	9	37.5	20	83.3
TOTAL		24	100%	24	100%
PROMEDIO		3.29		4.33	

Fuente: Test aplicado diciembre del 2017
Elaboración: Propia

Gráfico N° 10. Felicidad y satisfacción de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”



Fuente: Tabla 10
Elaboración: Propia

En la tabla y gráfico N° 10, los resultados del pre test muestran que, el 62.5% de los estudiantes del grupo de control evidencian que tienen una felicidad y satisfacción mediana, el 37.5% tienen una alta felicidad y satisfacción y ninguno poca o baja felicidad y satisfacción. El promedio de esta dimensión en este grupo

es de 3.29 puntos que se encuentra en una valoración de mediana o regular. Mientras que el 83.3% de los estudiantes del grupo experimental tienen una alta felicidad y satisfacción, el 16.7% tienen una mediana felicidad y satisfacción y ninguno una baja felicidad y satisfacción. El promedio de esta dimensión en este grupo es de 4.33 puntos que se encuentra también en una valoración alta.

Tabla Nº 11. Media aritmética de la autoestima y sus dimensiones

VARIABLE/DIMENSIONES	N	MEDIA
CONTROL PRE TEST	24	12,50
CONDUCTA	24	3,13
APARIENCIA FÍSICA Y ATRIBUTOS	24	3,25
ANSIEDAD	24	2,83
FELICIDAD Y SATISFACCIÓN	24	3,29
CONTROL POS TEST	24	12,04
CONDUCTA	24	2,92
APARIENCIA FÍSICA Y ATRIBUTOS	24	3,21
ANSIEDAD CONTROL	24	2,63
FELICIDAD Y SATISFACCIÓN	24	3,29
EXPERIMENTAL PRE TEST	24	12,33
CONDUCTA	24	3,08
APARIENCIA FÍSICA Y ATRIBUTOS	24	2,79
ANSIEDAD	24	3,42
FELICIDAD Y SATISFACCIÓN	24	3,04
EXPERIMENTAL POS TEST	24	17,29
CONDUCTA	24	4,04
APARIENCIA FÍSICA Y ATRIBUTOS	24	4,21
ANSIEDAD EXPERIMENTAL	24	4,71
FELICIDAD Y SATISFACCIÓN	24	4,33

Fuente: Test aplicado en noviembre y diciembre del 2017
Elaboración: Propia

4.2. CONTRASTACIÓN DE LAS HIPÓTESIS SECUNDARIAS

Tabla N° 12. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

		CONTROL POS TEST	EXPERIMENTAL POS TEST
N		24	24
Parámetros normales ^{a,b}	Media	12,04	17,29
	Desviación estándar	1,083	2,136
Máximas diferencias extremas	Absoluta	,235	,380
	Positivo	,188	,212
	Negativo	-,235	-,380
Estadístico de prueba		,235	,380
Sig. asintótica (bilateral)		,001 ^c	,000 ^c

- a. La distribución de prueba es normal.
- b. Se calcula a partir de datos.
- c. Corrección de significación de Lilliefors.

De acuerdo al tipo, nivel, diseño y objetivos de la presente investigación y a la prueba de Normalidad K-S siendo la distribución de prueba normal, entonces se utilizó la prueba paramétrica t de Student

La prueba de hipótesis se ha realizado con los siguientes pasos:

- Hipótesis estadística.
- Nivel de significancia o riesgo: 5% ($\alpha = 0.05$)
- Cálculo del estadístico de prueba: t de Student
- Regla de decisión:
 - Si $\rho < 0,05$; se rechaza H_0
 - Si $\rho > 0,05$; se acepta H_0
- Decisión y conclusión estadística

4.2.1. Contrastación de la hipótesis específica 1

Hi: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Ho: El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Prueba de muestras independientes

	Prueba de Levene de calidad de varianzas	Prueba t para la igualdad de medias								
		F	Sig.	T	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
CONDUCTA CONT-EXPER- POS TEST	Se asumen varianzas iguales No se asumen varianzas iguales	4,716	,035	4,165	46	,000	-1,208	,290	-1,792	-,624
				4,165	39,532	,000	-1,208	,290	-1,795	-,622

Decisión y conclusión

Como la t calculada ($t_c = 4.165$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$) entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

4.2.2. Contrastación de la hipótesis específica 2

Hi: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Ho: El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Prueba de muestras independientes

	Prueba de Levene de calidad de varianzas	Prueba t para la igualdad de medias								
		F	Sig.	t	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
APARIENCIA FÍSICA Y ATRIBUTOS	Se asumen varianzas iguales	,081	,777	4,949	46	,000	-1,042	,210	-1,465	-,618
CONT-EXPER-POS TEST	No se asumen varianzas iguales			4,949	45,977	,000	-1,042	,210	-1,465	-,618

Decisión y conclusión

Como la t calculada ($t_c = 4.949$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$) entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir: El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

4.2.3. Contrastación de la hipótesis específica 3

Hi: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Ho: El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Prueba de muestras independientes

	Prueba de Levene de calidad de varianzas	Prueba t para la igualdad de medias								
		F	Sig.	t	Gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
ANSIEDAD CONT-EXPER-POS TEST	Se asumen varianzas iguales No se asumen varianzas iguales	12,071	,001	8,575	46	,000	-2,083	,243	-2,572	-1,594
				8,575	34,633	,000	-2,083	,243	-2,577	-1,590

Decisión y conclusión

Como la t calculada ($t_c = 8.575$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($p = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$) entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

4.2.4. Contratación de la hipótesis específica 4

Hi: El Programa “CREYENDO EN MI” influye significativamente en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Ho: El Programa “CREYENDO EN MI” no influye significativamente en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
FELICIDAD Y SATISFACCIÓN CONT-EXPER-POSTEST	Se asumen varianzas iguales	,291	,592	3,955	46	,000	-1,042	,263	-1,572	-,512
	No se asumen varianzas iguales			3,955	45,407	,000	-1,042	,263	-1,572	-,511

Decisión y conclusión

Como la t calculada ($t_c = 3.955$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$) entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir: El Programa “CREYENDO EN MI” influye significativamente en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.

4.3. PRUEBA DE HIPÓTESIS

Hipótesis general

Hi: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.

Ho: El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
CONTROL-EXPERIMENTAL-POS TEST	Se asumen varianzas iguales	7,679	,008	10,739	46	,000	-5,250	,489	-6,234	-4,266
	No se asumen varianzas iguales			10,739	34,084	,000	-5,250	,489	-6,243	-4,257

Decisión y conclusión

Como la t calculada ($t_c = 10.739$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$) entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, es decir: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.

CAPITULO V

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los resultados de la presente investigación indican que El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017, puesto que ante de aplicar dicho programa los estudiantes tenían en promedio una autoestima poco adecuada con 12.04 puntos de un total de 20; mientras que después de aplicar el indicado programa los estudiantes en promedio tenían una autoestima adecuada con 17.29 puntos. Igual ocurrió con las dimensiones de la autoestima como la conducta, la apariencia física y atributos, ansiedad y la felicidad y satisfacción que después de aplicar el programa los estudiantes pasaron de una valoración poco adecuada, media o regular a una valoración adecuada o alta. Estos resultados se relacionan con investigaciones anteriores y con la opinión de expertos o tratadistas que expresan la importancia de la autoestima en la formación integral de la persona, como es el caso de: Álvarez y otros (2000) quien en su trabajo de investigación concluye que entre una de las variables que tiene la capacidad de predecir la probabilidad de consumo de drogas y el tabaco como el alcohol es la autoestima. Alarcón, Q. (1998), en su investigación, afirma del total de jóvenes encuestados manifestaron la tendencia a tener "baja autoestima" (40%). Cáceres, N. (1997) en su tesis concluye que el 60.36% de estudiantes del 4º y 5º grados de educación primaria se ubican en el nivel medio alto de su autoestima; resultado que coincide con la presente investigación donde los estudiantes manifiestan tener una autoestima poca adecuada. Cabrera, B. (1977), en su tesis sobre la aplicación de un programa

de reforzamiento de la autoestima, concluye que dicho programa: mejoró la actitud hacia el trabajo académico de los alumnos de la muestra de manera significativa. Siérralta G. (2006), en su trabajo de investigación concluye que a determinar la influencia de un programa de autoestima disminuye la conducta agresiva severa de los niños y eleva el nivel de autoestima en los niños del primer grado de la I.E. "Santo Domingo" de Moche se logró que adquieran conductas de relación interpersonal que favorezcan una convivencia positiva, a partir del desarrollo de sus autoestima. Conclusión que se relaciona directamente con la presente investigación puesto que el Programa "CREYENDO EN MI", aplicado a estudiantes del 1º grado de primaria elevo significativamente la autoestima. Del mismo modo Castillo, T. (2007), en su tesis concluye que los programas aplicados para mejorar la autoestima son eficientes como es el caso del programa de canciones y juegos escolares para el desarrollar la autoestima en los niños.

Autores como Alcántara (1993), manifiesta la importancia que tiene la autoestima como un sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolo a nuestro "YO personal", es decir que mostramos y nos aceptamos como somos, con cualidades y debilidades y así apreciamos el verdadero yo que Dios nos dio. Por otro lado Alcántara citado por Naranjo (2007) expresa que la autoestima es la meta más alta del proceso educativo y centro de nuestra forma de pensar, sentir y actuar, es el máximo resorte motivador y el oculto y verdadero rostro de cada hombre esculpido a lo largo del proceso vital, por lo tanto a nuestro entender es necesario que se cultive, desarrolle y potencie al autoestima en las instituciones educativas, objetivo que cumplió la presente investigación con la aplicación de un programa realizado en varias sesiones de aprendizaje.

Por su parte, Cooper Smith (1996), señala que el proceso de formación de la autoestima se inicia a los seis meses del nacimiento, cuando el individuo comienza a distinguir su cuerpo como un todo absoluto diferente del ambiente que lo rodea y de las personas que están cerca de él. Así mismo es en la escuela se inician las experiencias de interacción con otros individuos o grupos de pares, desarrolla la necesidad de compartir para adaptarse al medio ambiente, el cual es de suma importancia para el desarrollo de la apreciación de sí mismo a partir de los criterios que elaboran los individuos que le rodean, por tanto, si el ambiente que rodea al individuo es un mundo de paz y aceptación, seguramente el individuo conseguirá seguridad, integración y armonía interior, lo cual constituirá la base del desarrollo de la autoestima. También Mackay y Fanning (1991), refieren que después, este nivel de autoestima inicial podría modificarse por otras influencias como el éxito académico, status y/o éxito social, pero estas circunstancias externas no determinarían exactamente la autoestima sino que interactuarían unas con otras; es decir más que las circunstancias en sí, lo que se modifica es la percepción o interpretación de las circunstancias, es decir de las ideas. Craig (1988) considera que para el desarrollo de la personalidad del niño, es importante y necesario conservar un sentimiento de autoestima. El niño aprende a reevaluarse a sí mismo durante los primeros años en base a cómo lo trataron sus padres primero y luego el grupo de compañeros de su misma edad. Ambas interacciones son decisivas en la conformación de su autoestima. Los niños que desde el principio cuentan con las ventajas de gran seguridad en sí mismo y excelentes habilidades sociales y perciben que tales cualidades son reforzadas por su grupo de amigos fortalecen su autoestima. Este proceso puede darse también en sentido inverso, pues los niños que han enfrentado pocas dificultades al inicio, por ser demasiado consentidos por los padres, siendo los niños enfermizos, o poco hábiles, tienden a mostrar ansiedad

y timidez cuando el grupo no responde positivamente ante ellos, experimentando intensa ansiedad, disminuyendo su auto concepto y confianza en su valía personal. Feldman (2000) señalan que los niños en edad escolar gustan de los contactos sociales y les satisfacen, pero para que un niño acepte y se sienta satisfecho con los vínculos social afectivos con el mundo que le rodea, tendrá que sentirse aceptado y querido por los demás y en especial por el núcleo familiar.

Lo expresado por los autores se evidenció en el trabajo de campo durante el desarrollo de las sesiones de aprendizaje, donde los niños iban consolidando y desarrollando su autoestima con la interrelación e interacción del grupo, al aplicar nuestro programa se notó un mejor reconocimiento de sus características personales y la aceptación del grupo para cada uno de ellos así como la apariencia física mejoró notablemente y se sentían felices y satisfechos con las vivencias experimentadas durante el proceso de aplicación de nuestras actividades es por ello que la hipótesis formulada donde se menciona que el Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco, quedó demostrada la prueba de hipótesis empleada donde de acuerdo a la decisión estadística fue rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación o alterna porque la t calculada ($t_c = 10.739$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$), así también el valor del nivel crítico ($p = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$).

El aporte científico de la presente tesis como todo trabajo de investigación que es un informe que concierne a un problema o conjunto de problemas en un área definida de la ciencia y explica lo que se sabe de él brevemente, lo que se haría para resolverlo, lo que sus resultados significan, y dónde o cómo se pueden

proponer progresos, más allá del campo delimitado por el trabajo, decir, el presente informa que tiene carácter científico contiene un valioso informe sobre la efectividad de un programa denominado “CREYENDO EN MI”, cuya estructura es rigurosa y bien elaborada donde su aplicación exitosa se basa fundamentalmente en la efectividad que tuvo en la mejora de la autoestima de estudiantes del primer grado de primaria en una institución pública de la ciudad de Huánuco. Por lo tanto el presente trabajo pretende realizar contribuciones significativas e innovadoras sobre la realidad de la autoestima en estudiantes dentro de un contexto escolar, donde el aporte original es presentar ante la comunidad científica un programa para mejorarla por su efectividad demostrada el reciente estudio, donde eleva cuantitativa y cualitativamente la conducta, la apariencia personal, disminuye la ansiedad y hace que los estudiantes se sientan felices y satisfechos con su yo y con su entorno familiar y social.

CONCLUSIONES

- El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017, puesto que ante de aplicar dicho programa los estudiantes tenían en promedio de autoestima poco adecuada con 12.04 puntos de un total de 20; mientras que después de aplicar el indicado programa los estudiantes en promedio tenían de autoestima adecuada con 17.29 puntos. Así mismo de acuerdo a la prueba de hipótesis la t calculada ($t_c = 10.739$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) y cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$).
- El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco, puesto que en la prueba de hipótesis la t calculada ($t_c = 4.165$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) y cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho = 0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha = 0.05$).
- El Programa “CREYENDO EN MI”, no influye significativamente en la mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco, puesto que en la prueba de hipótesis la t calculada ($t_c = 4.949$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) y cae

en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho=0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha=0.05$).

- El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la ansiedad de los estudiantes de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N^a 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco, puesto que en la prueba de hipótesis la t calculada ($t_c = 8.575$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho=0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha=0.05$).

- El Programa “CREYENDO EN MI” influye significativamente en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N^a 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco, puesto que en la t calculada ($t_c = 3.955$) con 46 grados de libertad es mayor que la t tabulada o crítica ($t_t = 1.6787$) cae en la zona de rechazo de la hipótesis nula, así también el valor del nivel crítico ($\rho=0.000$) es menor que el error estimado ($\alpha=0.05$).

SUGERENCIAS

- Al personal directivo y docentes de la Institución Educativa N^o 32011 Hermilio Valdizán de Huánuco, sugerimos aplicar estrategias, técnicas, métodos y/o programas permanentemente para mejorar la autoestima de los estudiantes desde los primeros grados de escolaridad, puesto que los estudiantes investigados muestran una autoestima poco adecuada.
- Del mismo modo sugerimos a todos los actores educativos de la institución realizar las estrategias necesarias para mejorar la conducta y disminuir la ansiedad en sus estudiantes, ya que son dos dimensiones de la autoestima que tienen una valoración de no adecuada en el primer caso y una valoración de alta o de mucha ansiedad.
- Los responsables de la institución educativa en sus documentos normativos y operativos deben contemplar la ejecución de la Escuela de Padres permanentemente y con profesionales competentes realizando alianzas estratégicas con instituciones académicas y con el Colegio de Psicólogos, para desarrollar y cultivar convenientemente la autoestima de los estudiantes desde sus hogares ya que para el desarrollo de la personalidad del niño, es importante y necesario conservar un sentimiento de autoestima.
- Es necesario que los órganos intermedios del Ministerio de Educación como la Dirección Regional de Educación y la UGEL, capaciten permanentemente a los tutores para acompañar al estudiante en su formación integral y que la tutoría esté a cargo de los profesionales competentes y que no sea una labor que se responsabiliza a profesionales sin el perfil requerido solo para completar las horas de su jornada laboral.

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, M. (1977). *Influencia de un taller de autoestima en el rendimiento escolar de los alumnos del 5to grado de educación primaria del C.E Parroquial "San Patricio" Florencia de Mora*, para obtener el grado académico de Magister.
- Alarcón (1998). *Isla de pascua Chile, escuela y familia, análisis de los niveles de autoestima*. Tesis para optar el grado de maestro Chile
- Alarcón, Q. (1998), "*Influencia de la Escuela y Familia. Universidad Isla de Pascua*", Chile.
- Alcántara (1993). *Como educar la autoestima*. Barcelona. Grupo Editorial CEAC.
- Álvarez Aguirre, Alicia y otros. *Efecto de la autoestima, asertividad, autoeficacia y resiliencia sobre el consumo de drogas*. Tesis no publicada México: Universidad Autónoma de Querétaro.
- Ancona, L. (1975). *Cuestiones de psicología*. Barcelona: Herder.
- Arias, Fidas (2006). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. (5º. ed.) Caracas - Venezuela: Episteme.
- Barrientos, L. (2010). *Informe de investigación "Influencia de la Autoestima en el rendimiento académico en los alumnos y alumnas del segundo grado de educación secundaria de la IE N° 020 Hilario Carrasco Vines"*. Para optar el título de profesora de educación secundaria del ISP José Antonio Encinas – Tumbes.
- Barroso, M. (2000). *Autoestima. Ecología y catástrofe*. Caracas: Editorial Galac S.A.
- Branden, N (1998). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona Paidós.
- Branden, N. (1995). *Cómo mejorar su autoestima*. México Paidós.

- Cáceres, N. 1997. *Niveles de autoestima en niños que cursan el cuarto y quinto grado de primaria de la Merced, Chanchamayo*. Tesis Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Calero Pérez, Mavilo (2000). *Autoestima y docencia para educar mejor en el siglo XXI*, Lima Perú: San Marcos
- Carreras (1995). *Como educar en valores*. Madrid: Narcea
- Castillo Achic, Teddy (2007). *Programa de canciones y juegos escolares para el desarrollar la autoestima en los niños* (tesis de maestría inédita). Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Huánuco, Perú.
- Collarte (1990). *Autoestima y enseñanza media. Transferencia pedagógica y calidad de aprendizaje*, Proyecto Fondecyt 90 – 750.
- Cooper Smith (1990). *Inventario de Autoestima*. Editorial Emape Palo Alto California S.A.
- Cooper Smith. S (1996). *The antecedents of self*. EteemConsulting's: PsychologistPress.
- Corkille, B. (2001). *El niño feliz*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Cruzado M (200). *Las técnicas participativas como estrategias para promover el desarrollo de la Autoestima del II ciclo de Educación Primaria en la IE, Eduardo Avalos Bustamante, ISP José Antonio Encinas*.
- Espindola, Richard P. (2000). *Autoestima y rendimiento escolar de los alumnos del tercer grado de secundaria de la IE José Granda del distrito de San Martín de Porres – Lima*. Lima, Perú
- Franco Voli (2000): *La autoestima del profesor. Manual de reflexión y acción*, Centro Internacional de Investigación Pedagógica del Autoestima.

- García y Colaboradores (1997). *Un programa de actividades para fortalecer el autoestima en niños*, Trujillo, Perú
- Garrido M (1995). *Evaluación del Autoestima en adolescentes de bajo rendimiento escolar a través de Psicodiagnostico de Rorschach*. Según Exner: PUCP Lima, Perú pág. 224 – 226.
- Goleman Daniel (1996). *Inteligencia emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara S.A.
- Guzmán, J. (1977). *Influencia de los juegos dramáticos en el desarrollo de la autoestima de los alumnos de 1er grado secciones D y E del colegio de Lizarzaburù del distrito” el Porvenir*, Tesis para optar el grado de Maestro en educaron, mención Psicología Educativa UNT,
- Haeussler I. Milicic (1995,17). *Confiar en uno Mismo, programa de autoestima*, Santiago: Dolmer.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6ªed.). México: McGraw-Hill.
- Heuyer. G. (1957). *Psiquiatría infantil*. Paris: Paidea.
- Malabrigo, B. (2001). *Influencia de un programa de Autoestima en el Rendimiento Académico de los alumnos del 1er ciclo de Ciencia Agraria de la Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo*. Trujillo, Perú
- Maslow, A (1990). *La personalidad creadora*. Barcelona: Kairós.
- Massó Cantarero, Manuel Francisco (2009). *Autoestima*. Unidad de publicaciones C/Marqués de Risca 16. 28010 Madrid.
- MCkay, M. y Fanning, P. (1999). *Autoestima. Evaluación y Mejora*. Madrid: Ediciones Martínez Roca.
- Ministerio de Educación (2009). *Diseño Curricular Nacional Lima- Perú*: MED

- Moya Calderón, R. (1991). *Estadística descriptiva*. Editorial San Marcos. (Pág. 293-294).
- Munro González, Sandra Rebeca (2008). *Evaluación de la autoestima y su relación con la funcionalidad familiar en los médicos de las Unidades de Medicina Familiar, Zona N°.1. IMSS, Colima*. Tesis para obtener el grado de doctora.
- Mussen, Conger y Kagan. (1984). *La adolescencia*. Editorial Paidós.
- Naranjo Pereira, M. (2007). *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. Actualidades investigativas en educación*. Revista electrónica publicada por el instituto de investigación en educación, Universidad de Costa Rica.
- Navarro, V. (1997), *"Niveles de autoestima de los alumnos del 5to. y 6to grado de educación primaria del Colegio Nacional 006 - Micaela Bastidas del Distrito de Breña en la ciudad de Lima, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima*.
- Odar, L. (1997). *Relación entre el nivel de Autoestima y el Rendimiento Académico de los estudiantes de 1er año de Licenciatura de la Escuela Académica de educación Secundaria de la Facultad de educación de la Universidad Nacional de Trujillo(1992-I)*. Trujillo, Perú
- Palomino, L. (2008). *Influencia de la autoestima en el ajuste de la personalidad de los estudiantes de la Facultad de Educación de la UNHEVAL*. Huánuco, Perú
- Panizo, M. (1985). *Autoestima y Rendimiento Escolar*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú
- Peñaherrera S. (1997). *Escuela de Padres*. Lima. Editorial Minsa.

- Porcel Moscoso, T. (2009). *Inteligencia emocional y su relación con el logro de competencias en el área de desarrollo social del currículo escolar en estudiantes del quinto grado de secundaria de Puerto Maldonado*.
- Roldan, A. (2007). *Efecto de la aplicación del taller creciendo en el nivel de autoestima del 2º año de Educación secundaria de la institución educativa N° 80824 José Carlos Mariátegui distrito el Porvenir*. Universidad Nacional de Trujillo. Trujillo, Perú
- Rossemberg, M. (1996). *La autoestima del adolescente y la sociedad*, Buenos Aires: Kapelusz
- Rubio, S. y Suárez, M. (2007). *Programa "Especialmente para Ti"*. Universidad Iberoamericana de México. México.
- Sierralta G. (2006). *Influencia de un programa de autoestima en la disminución del nivel de conducta agresiva en los niños del primer grado de I.E.P. Santo Domingo Guzmán-Moche, 2005*. Tesis para otra el grado de maestra en educación mención Psicología educativa UNT.
- Steiner Benaim, D. (2005). *Trabajo especial de grado la teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el desarrollo del ser humano*. Maracaibo.
- Ushiñahua G. (2008). *Programa de Desarrollo de la autoestima y su influencia en el rendimiento académico de los alumnos del cuarto grado de educación secundaria de la IE. Virgen del Carmen del Alto Trujillo*, tesis para optar el grado de psicología educativa, Universidad Nacional de Trujillo, Escuela de Post Grado Sección Educación.
- Vargas (2002). *Técnicas de Aprendizaje y vivencial para el fortalecimiento del autoestima y desarrollo personal*. Lima: Graf
- Wilber, K. (1995). *El proyecto Atman*. Barcelona: Kairós.

Página Web:

Bandura (2008). Recuperado de [enwww.buenastareas.com/ ensayos/lacompetencia-personal-y-social/487210.html](http://www.buenastareas.com/ensayos/lacompetencia-personal-y-social/487210.html)

Branden, N (2006).www.formulaenlosnegocios.com.mx/crecimiento-personallos-6-pilaresdelaautoestima-nathaniel-branden.

<http://www.buenastareas.com/ensayos/lacompetencia-personal-y-social/487210.html>

Ruiz Bolívar. (2011). *Métodos cuantitativos en la investigación educativa*.
Recuperado de: www.redalyc.org/pdf/784/78419688002.pdf

Watlhey Dennis. La autoestima. Recuperado de www.misuperacionpersonal.com/index.html.

Zapata, María. (2011). Recuperado de www.portalesmedicos.com/authors/12//mar%edazapata

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: PROGRAMA “CREYENDO EN MI” PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO DE PRIMARIA LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 32011 “HERMILO VALDIZÁN”, HUÁNUCO 2017

Autor : Katya Ingrid Acosta Malpartida

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍNDICES	TÉCNICA	INSTRUMENTO
<p>Problema general: ¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI”, en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017?</p> <p>Problemas específicos: ¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N°32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?</p> <p>¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la apariencia física y</p>	<p>Objetivo general: Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI”, en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.</p> <p>Objetivos específicos -Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco. -Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la apariencia física y</p>	<p>Hipótesis general: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la autoestima de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco-2017.</p> <p>Hipótesis específicas: H1: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco. H2: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la apariencia física y atributos</p>	<p><u>Variable independiente</u></p> <p>-Dinámicas</p> <p>-Cuentos</p> <p>-Taller</p> <p><u>Variable Dependiente</u></p> <p>-Conducta</p> <p>-Apariencia física y atributos.</p>	<p>Involucrar la socialización de los estudiantes.</p> <p>Integración grupal.</p> <p>Expresión corporal.</p> <p>-Tengo muchos amigos. -Generalmente me meto en problemas. -Yo quiero ser diferente -Siento que se olvidan de mí. -Hago mal las cosas.</p> <p>-Me quiero como soy. -Me molesta mi aspecto, el cómo me veo.</p>	<p>Adecuado 14 -20</p> <p>Poco adecuado 07 -13</p> <p>Inadecuado 00 - 6</p>	<p>Encuesta</p>	<p>Cuestionario</p> <p>Ficha de encuesta.</p> <p>Guía de observación.</p> <p>Guía de entrevista.</p>

<p>atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?</p> <p>¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?</p> <p>¿Cuál es el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco?</p>	<p>atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.</p> <p>-Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.</p> <p>-Determinar el nivel de influencia del Programa “CREYENDO EN MI” en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.</p>	<p>de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.</p> <p>H3: El Programa “CREYENDO EN MI”, influye significativamente en la mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.</p> <p>H4: El Programa “CREYENDO EN MI” influye significativamente en la mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 Hermilio Valdizán, Huánuco.</p>	<p>-Ansiedad</p> <p>-Felicidad y satisfacción.</p>	<p>-Tengo una cara bonita. -Soy inteligente -Quiero ser como los demás.</p> <p>-Yo puedo hablar bien en la clase. -Se me olvida lo que aprendo. -Me doy por vencido fácilmente. -En los juegos y en el deporte yo miro en vez de jugar. -Cuando intento hacer algo todo me sale mal.</p> <p>-Soy una persona feliz. -Mis compañeros se burlan de mí. -Cuando sea grande voy a ser una persona importante. -Está feliz mi familia conmigo. -Soy bueno para hacer mis tareas.</p>			
---	---	--	--	---	--	--	--

ANEXO 2: INSTRUMENTO

RESULTADOS

PUNTAJE BRUTO..... PUNTAJE:.....

CATEGORÍA.....

NOMBRE:.....CURSO:.....

COLEGIO:.....

FECHA DE NACIMIENTO:..... FECHA DE EVALUACIÓN:.....

INDICACIÓN: Lee atentamente cada ítem y marca con un aspa (x) donde elijas.

- | | | | | |
|---|----|--------------------------|----|--------------------------|
| 1. Tengo muchos amigos. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 2. Generalmente me involucro en problemas. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 3. Yo quiero ser diferente. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 4. Siento que se olvidan de mí | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 5. Hago mal las cosas | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 6. Me quiero como soy. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 7. Me molesta mi aspecto, el cómo me veo | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 8. Tengo una cara bonita. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 9. Soy inteligente. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 10. Quiero ser como los demás. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 11. Yo puedo hablar bien en la clase | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 12. Se me olvida lo que aprendo | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 13. Me doy por vencido(a) fácilmente | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 14. En los juegos y en el deporte yo miro en vez de jugar | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 15. Cuando intento hacer algo todo me sale mal | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 16. Soy una persona feliz | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 17. Mis compañeros se burlan de mí | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 18. Cuando sea grande voy a ser una persona importante. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 19. Esta feliz mi familia conmigo | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |
| 20. Soy bueno para hacer mis tareas. | Sí | <input type="checkbox"/> | No | <input type="checkbox"/> |

ANEXO 3:**PROGRAMA “CREYENDO EN MÍ” PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA
DE LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO DE PRIMARIA LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 32011 “HERMILO VALDIZÁN”,
HUÁNUCO 2017****1.- DATOS GENERALES:**

- 1.1. I.E.** : N° 32011 “Hermilio Valdizán”
1.2. Distrito : Huánuco
1.3. Provincia : Huánuco
1.4. Nivel : Primaria
1.5. Ciclo : 1° Primaria
1.6. Año académico : 2017
1.7. Responsables : Obsta. Katya Ingrid Acosta Malpartida
1.8. Asesor : Dr. Reynaldo Ostos Miraval

2.- JUSTIFICACIÓN:

La aplicación del Programa “CREYENDO EN MÍ”, se justifica porque, la autoestima hace referencia al grado de bienestar que la persona siente hacia sí misma, tiene que ver con la confianza profunda, la convicción de ser válida y capaz de enfrentarse a las dificultades de la vida.

La mayoría de los profesionales de la Psicología consideran la autoestima positiva como un factor central en la adecuada adaptación socioemocional.

Los niños(as) que tienen un fuerte sentido de su propia valía son físicamente más sanos, se encuentran más motivados para aprender y progresan mejor. Tienen una mayor tolerancia a la frustración y son más seguros de sí mismos.

El nivel de autoestima que posea el niño(a) determinará su desarrollo afectivo, social e intelectual. La autoestima incide directamente en varias dimensiones de la personalidad infantil: el

físico, la dimensión afectiva, dimensión intelectual, dimensión conductual, dimensión social y creativa.

La autoestima puede ser causa y efecto del funcionamiento en otras áreas. Debido a esta interacción entre la autoestima y otras áreas, es importante que las intervenciones abarquen diferentes campos y/ o competencias del niño(a), Rodríguez, R (2004).

Es por eso que el objetivo que se pretende lograr con la realización del programa de autoestima, es desarrollar el aspecto afectivo, social y cognitivo en los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”

3.- FUNDAMENTACIÓN:

El concepto que tenemos de nuestra valía se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos recogemos durante nuestra vida: creemos que somos inteligentes o “tontos”, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias reunidos se conjugan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o por el contrario, en un sentimiento de no ser lo que esperábamos.

La autoestima se construye a lo largo de la vida. El aspecto personal de un niño(a) tiene un valor para sus padres y entorno inmediato, van a contribuir a la auto percepción que ese niño(a) tenga de sí mismo. Pero es en los primeros años con la experiencia de socialización, cuando los padres enseñan a sus hijos qué conductas son aceptables, cuáles son perjudiciales, reprochables, peligrosas y lo enseñan a través de la aprobación o el rechazo, del premio o el castigo.

Lo amenazante es, por su misma naturaleza, no adecuado. Un niño(a) que recibe una cachetada o un insulto de su madre, junto a una tremenda reprimenda, siente profunda e intensamente la retirada de la aprobación materna puede pensar de sí que es malo y que ha

sido reprobado. En este caso el niño(a) construye un concepto de sí mismo pobre, desvalorizado.

Un niño(a) que es reconocido, aceptado como es, con su sexo, su aspecto físico, sus habilidades y sus dificultades, y esta información es confirmada una y otra vez por sus padres, hermanos, profesores, etc., está construyendo una suma de juicios sobre sí mismo que contribuirán decisivamente en la construcción de una adecuada autoestima.

Los primeros intercambios de afecto entre el recién nacido y su madre y las formas tempranas de cuidados físicos ya aumentan o disminuyen la autoestima infantil. Se puede considerar un precursor de la autoestima el tener sentimientos corporales agradables, como el sentirse acariciado, mirado, etc. Es por esta razón por la cual uno puede suponer que los orígenes de la autoestima están íntimamente ligados a través de la vida humana con nuestras evaluaciones de lo atractivo de nuestro cuerpo y nuestra cara. La imagen del niño(a) que nace estará asociada a sentimientos de aceptación que le darán la posibilidad de sentirse querido y le proveerán de seguridad.

Por este motivo, diversas enfermedades, entre ellas las malformaciones, amenazan desde temprana edad la autoestima de los niños(as).

En la segunda mitad del segundo año, cuando el niño(a) comienza a ser capaz de generar metas, es decir, de tener inquietudes y deseos de hacer algo por él mismo, demostrar que es capaz de obtener logros, su autoestima derivará de dos fuentes, por un lado, de la aprobación de los otros y, por otro, de la satisfacción de realizar una actividad agradable por sí mismo y de manera independiente.

Durante los años escolares, los niveles de autoestima se ven afectados aún más por la adquisición de habilidades y de competencia, especialmente en el desempeño escolar, en las relaciones de amistad y en los deportes. Durante estos años, la

autoestima se ve profundamente afectada por los éxitos y los fracasos en estas tres áreas de la vida del niño(a). La lectura es una habilidad importancia a obtener en el inicio de los años escolares. La capacidad de leer adecuadamente está íntimamente ligada con la autoestima. La lectura no sólo es el punto de apoyo para el resto de su aprendizaje. Un niño(a) que lee mal, es a sus propios ojos una persona inadecuada, y los niños(as) se sienten malos o “tontos” y muy frecuentemente también son vistos de la misma manera a los ojos de sus padres, sus maestros y sus amigos(as), Rodríguez, R (2004).

El programa “CREYENDO EN MÍ” es un conjunto de sesiones que está constituido por un equipo de trabajo formado por tres facilitadores, docentes de apoyo de la I.E y grupo de niños(as) en donde ellos participan activamente, ya que se basa en dinámicas prácticas; con la finalidad de desarrollar la autoestima en los niños(as); en el aspecto social, afectivo y cognitivo, teniendo como retos al finalizar el programa que los niños (as) se acepten tal como son, expresen sus sentimientos hacia sí mismo y hacia los demás, mejoren su nivel de aprendizaje y muestren buenas relaciones interpersonales con sus compañeros(as).

4.- OBJETIVOS:

4.1.-Objetivo General

Determinar el nivel de mejora de la autoestima de los niños y niñas del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”, distrito, provincia y región Huánuco, producido por el Programa “CREYENDO EN MÍ”.

4.2.- Objetivos Específicos

Determinar el nivel de mejora de la conducta de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”, distrito, provincia y región Huánuco, producido por el Programa “CREYENDO EN MÍ”.

Determinar el nivel de mejora de la apariencia física y atributos de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”, distrito, provincia y región Huánuco, producido por el Programa “CREYENDO EN MÍ”.

Determinar el nivel de mejora de la ansiedad de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”, distrito, provincia y región Huánuco, producido por el Programa “CREYENDO EN MÍ”.

Determinar el nivel de mejora de la felicidad y satisfacción de los estudiantes del primer grado de primaria de la Institución Educativa N° 32011 “Hermilio Valdizán”, distrito, provincia y región Huánuco, producido por el Programa “CREYENDO EN MÍ”.

5.- CRONOGRAMA DE ESTRATEGIAS:

MES	FECHA	SESIONES
Octubre	17 19 24	“Mi personalidad” “Como soy” “Nuestras características corporales”
Noviembre	3 7 9 21 23 28 30	“Mis cualidades positivas” “La perseverancia” “Padres responsables” “Compañerismo” “La rosa blanca” “Buenos padres” “Extraña pajarería”
Diciembre	5 7	“Niños que ven, niños que aprenden” “Reflexión de un padre”

6.- METODOLOGÍA

El Programa “CREYENDO EN MÍ”, se realizara en forma activa y dinámica, conformado por tres facilitadoras, docentes de apoyo de la I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” y grupo de niños(as) en donde ellos participan activamente ya que se basa en dinámicas, juegos, socio-dramas, trabajo en equipo e individual; con la finalidad de desarrollar la autoestima. Se van utilizar material didáctico y educativo diseñado específicamente para este fin.

La metodología de trabajo a seguir en cada sesión se desarrolla en los siguientes pasos:(inicio, proceso, final, de acuerdo a las sesiones implementadas).

6.1.- Inicio:

Este primer momento lo realizó el docente, para introducir a los niños(as) en el tema, recuperar algunas experiencias y el interés y/o expectativas de los niños(as) con respecto a los contenidos a trabajar.

6.2.- Proceso:

6.2.1.- Teóricas: Consiste en la revisión grupal del texto de apoyo, con la finalidad de lograr que los niños(as) realicen una reflexión de la lectura.

6.2.2.- Prácticas: Los niños(as) organizados en sus grupos, se les implementó con los materiales adecuados, para la realización de las actividades sugeridas.

6.3.- Desarrollo:

Del mismo modo, a partir de las actividades prácticas realizadas, cada grupo compartió su experiencia por medio de la organización de una “exposición de sus productos de aprendizaje”, cerramos la sesión. El docente sistematizó los aportes de cada grupo y consolidó sus aprendizajes.

7.- EVALUACIÓN

La evaluación se realizará de forma permanente, considerando las diferentes actividades propuestos en el programa, a nivel individual y grupal. Se hará al inicio, y al término del programa.

8.- RECURSOS

8.1 Recursos Humanos

- Niños(as)
- Padres
- Docentes
- Facilitadores

8.2. Recursos Materiales

- Laminas.
- Figuras diseñadas.
- Paleógrafos.
- Plumones.
- Limpia tipo.
- Títeres.
- Plumones.
- Goma.
- Hojas bond.
- Lápices
- Colores
- Cartulina.
- Cinta maskin tape
- Tijeras.
- Espejo.
- Grabadora, Cd, Tv
- Multimedia

ANEXO 4. SESIONES DE APRENDIZAJE

SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 01 “Mi personalidad”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos.

CAPACIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS
Reconoce y aprecia sus características corporales	<p>INICIO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ El investigador narra una reflexión “el anillo” ▪ Se hace un breve comentario sobre el mensaje de la reflexión <p>DESARROLLO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se da explicaciones de todo el proceso de la actividad, dando a conocer las normas de convivencia. ▪ Luego pedimos a los alumnos, que se sienten cómodamente, cierran sus ojos, respiren pausadamente y se imaginen una silla vacía, que traten de ver a una persona que les quiere bastante y se siente en dicha silla. En seguida les preguntamos ¿Qué sienten al contemplarla? Los alumnos tendrán un sentimiento gratificante en seguida esa persona se levanta y desaparece. ▪ Hacemos que los alumnos se imaginen, su propia persona, que se sienten en la misma silla y que aprecien su propio rostro, su figura su postura, luego le decimos que mentalmente le pregunten a su propia imagen ¿tú quién eres?, ¿te quieres a ti mismo?, ¿puedes realizar acciones por tu propia iniciativa?, ¿puedes resolver tus propios problemas?, ¿cuáles son tus características positivas? , etc. <p>CIERRE</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Luego se le da a cada alumno un cuestionario para que contesten con sinceridad. ▪ Los alumnos hacen la meta cognición. 	<p>Salón</p> <p>siluetas</p> <p>salón</p> <p>salón</p> <p>Hojas de trabajo</p> <p>Cuestionario</p>

DINÁMICA N° 01

RECURSOS : CD, Grabadora

ESPACIO : El aula.

TIEMPO : 50 minutos.

OBJETIVO : Reconocer y valorarse como personas únicas e importantes

MI PERSONALIDAD

1. Yo soy.....

2. Escribe tres características positivas que te describan :

a) b)..... c).....



3. Escribe tres debilidades o limitaciones que te describen:

a) b)..... c).....

4. Mi persona favorita es:.....

5. Si pudiera tener un deseo seria.....

6. Me siento feliz cuando:

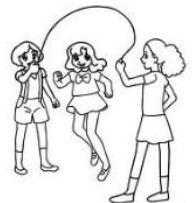
.....
.....
.....
.....

7. Me siento triste

cuando:.....

8. Me enojo

cuando:.....



9. Mis gustos son:

.....

10. Mis sueños

son:.....

11. Mis pasatiempos

son:.....

12. Algo que hago bien

es:.....

13. Más que nada me

gustaría:.....

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 02**“Como soy”****I. DATOS GENERALES**

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos.

capacidad	Estrategias	recursos
Reconoce sus características físicas y morales	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se realiza la dinámica: “Mi familia”. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La investigadora explica los pasos a seguir en la actividad a desarrollarse. • La investigadora presenta en un papelote su propia imagen y luego describe sus rasgos físicos y morales. • Comentamos sobre la importancia de aceptarnos con nuestros defectos y virtudes. • Los alumnos dibujan sus propias imágenes y la muestran individualmente. • Se reúnen por grupos para comentar sus características personales. • Cada alumno llenará convenientemente en una hoja (al pie de su propia imagen) referente a sus características físicas y actitudinales. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos meditan sobre la actividad realizada. • La investigadora hace reflexionar sobre la importancia de aceptarnos y querernos como somos. 	<p>salón</p> <p>Papelotes</p> <p>Hojas de trabajo</p> <p>Colores</p>

DINÁMICA N° 02

RECURSOS : Papelote, plumones, cinta masking tape, pizarra, colores, hojas bond

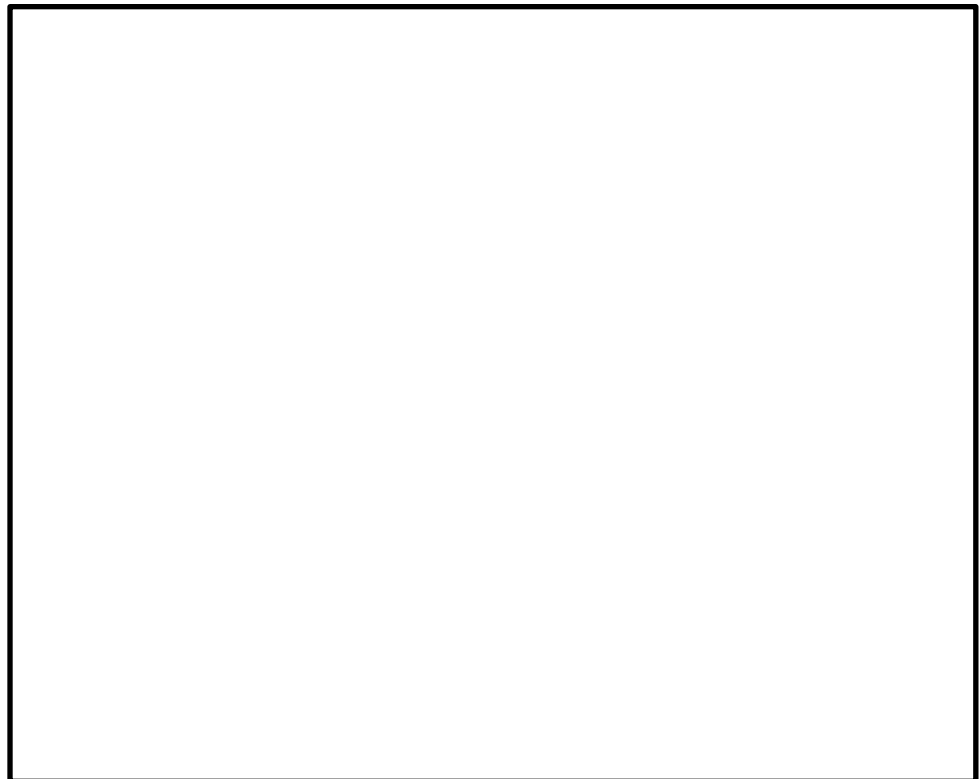
ESPACIO : El aula.

TIEMPO : 50 minutos.

OBJETIVO : Reconocer y aceptar sus características físicas y morales.

Como soy

- Dibújate y colorea



- Escribe tus características:

Físicas

Actitudinales

SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 03

“Nuestras Características corporales”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	estrategias	recursos
Reconoce sus características corporales y la de sus compañeros.	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> Narramos una reflexión “El león y sus amigos”. Los alumnos comentan sobre la reflexión. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> El investigador enseña una caja forrada de papel de regalo a todos los alumnos. Se pide que cuando les toque la caja, los alumnos abran y observen lo que hay dentro pero que no digan nada. Adentro hay algo muy hermoso y valioso, es el regalo más hermoso de Dios. Pasan caja por todos los alumnos, lo abren y observan lo que hay dentro de ella. Luego de haber pasado por todos los alumnos, uno de ellos comenta que hubo dentro. Siendo ellos mismo quienes se observan. Se explica a los alumnos que todos somos lindos y especiales, altos, bajos, blancos, morenos, gruesos, delgados, todos ante los ojos de Dios somos iguales <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Todos los alumnos realizan la ficha y hacen una metacognición referente a la actividad realizada. 	<p>Salón Siluetas</p> <p>Caja con espejo.</p> <p>Tiza</p>

DINÁMICA N°03

RECURSOS : Una Caja, papel de regalo, goma, cinta de agua, espejo pequeño.

ESPACIO : El aula.

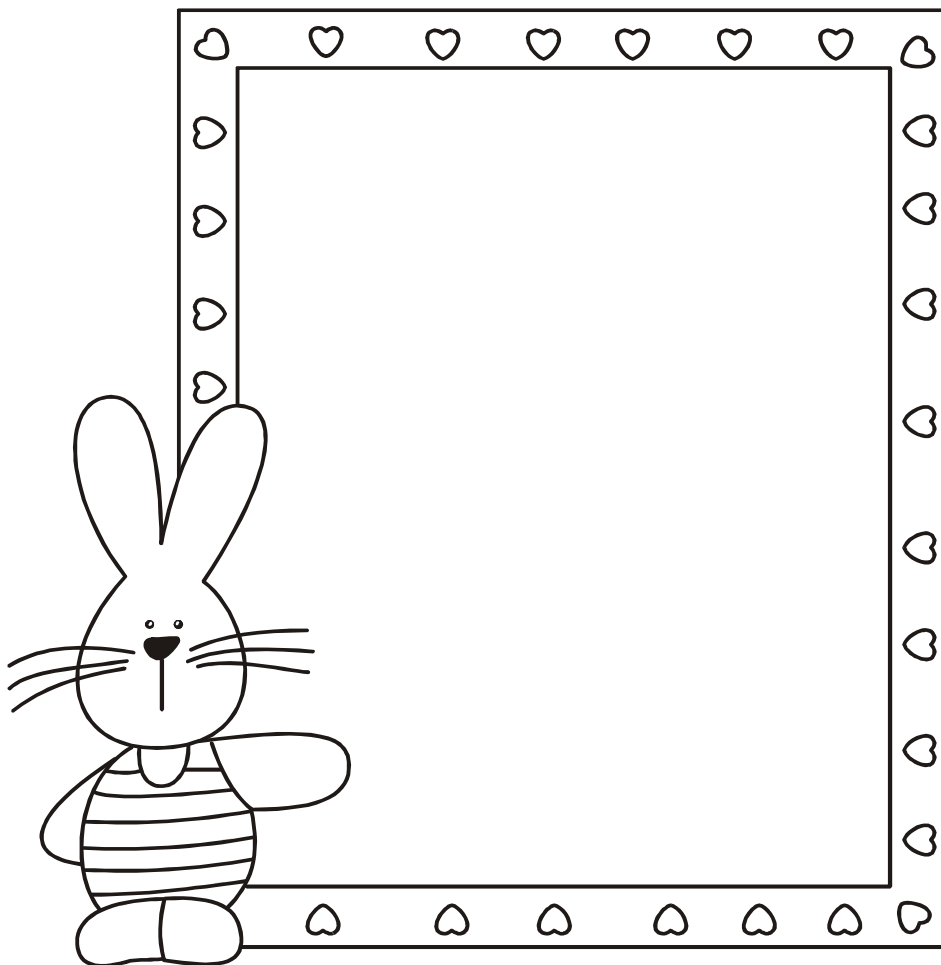
TIEMPO : 50 minutos.

OBJETIVO : Reconocer y valorarse como personas únicas e importantes.



Nuestras características corporales

- Reunir a los niños(as) y decirles que la cosa más maravillosa del mundo está dentro de la caja. Dejar que ellos sacudan la caja y adivinen qué puede ser.
- Llamar a cada niño y pedir y pedir que abran la caja para que pueda mirar su imagen que está dentro (Decirles que mantenga en secreto lo que ha visto hasta que todos hayan tenido su turno para mirar).
- Pedir a los niños(as) que dibujen en su hoja, la parte de su cuerpo que se vieron en el espejo de la caja; siendo éste lo más maravilloso que tenemos cada uno de nosotros, de forma diferente.



SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 04

“Mis cualidades positivas”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	Estrategias	recursos
Reconoce las normas de convivencia, y acepta la opinión de sus compañeros.	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El/la investigador (ra) narra una reflexión “mirar siempre arriba” • Se hace un comentario sobre la reflexión. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se explica detalladamente cómo se va a desarrollar la actividad. • Invitamos a todos los alumnos a salir al patio e indicamos para hacer un círculo y explicamos en qué consiste el juego. • Pedimos un alumno voluntario para que salga al medio del círculo y los demás jugaran con una pelota pasando a los demás compañeros. • El investigador utilizara un silbato para controlar el juego. • Cuando un alumno escuche el silbato y es él o ella el que tiene la pelota, expresara una cualidad positiva que haya observado en su compañero que está en medio del círculo (diciendo su nombre y cualidad positiva). Y luego se seguirá jugando 3 veces más con el compañero que está en medio. • Se pide que salga otro voluntario o de lo contrario el investigador nombra a un alumno más necesitado de aprecio y así sucesivamente (se recomienda a los niños no mencionar las características negativas) <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se entrega a cada alumno un cuestionario para que conteste con la verdad. • Los alumnos comentan acerca de la actividad realizada. 	<p>Siluetas</p> <p>Patio</p> <p>Pelota</p>

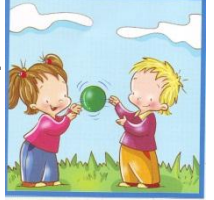
DINÁMICA N° 04

RECURSOS : Una Caja, papel de regalo, goma, cinta de agua, espejo pequeño.

ESPACIO : El aula.

TIEMPO : 50 minutos.

OBJETIVO : Reconocer sus cualidades positivas y la de los demás.



Mis cualidades positivas

- Se narra la reflexión “mirar hacia arriba”

Cuando estaba en secundaria, me importaba mucho lo que mis amigos pensarán de mí. Durante esos años crecí más que el resto de mis compañeros. Ser tan alto me hacía sentir incómodo. Para mantener la atención lejos de mí y de mi altura inusual, me uní al grupo que se burlaba de otros niños. Ser uno de los chistosos de la clase ayudó a asegurarme de que los chistes se dirigieran hacia otros y no hacia mí.

Yo hacía todo tipo de bromas que herían, y a veces dañaban a los otros. Una vez, antes de la clase de gimnasia, mis amigos y yo pusimos pomada para curar torceduras en los pantalones cortos de gimnasia de uno de los niños del equipo de baloncesto. No solamente lo humillamos, sino que también tuvo que ir a la enfermería. Pensé que iba a ser chistoso, pero nadie lo consideró así, y menos mi padre.

Mis padres no siempre pensaban que mi comportamiento era chistoso. Me recordaban la Regla de Oro: tratar a otros como me gustaría que me trataran. Muchas veces me regañaban por la manera en que trataba a los demás. Lo que yo hacía era herir a otros niños y al mismo tiempo dañaba mi reputación como alguien a quien debería respetarse. Mis amigos me veían arriba porque yo era alto, pero ¿qué veían?

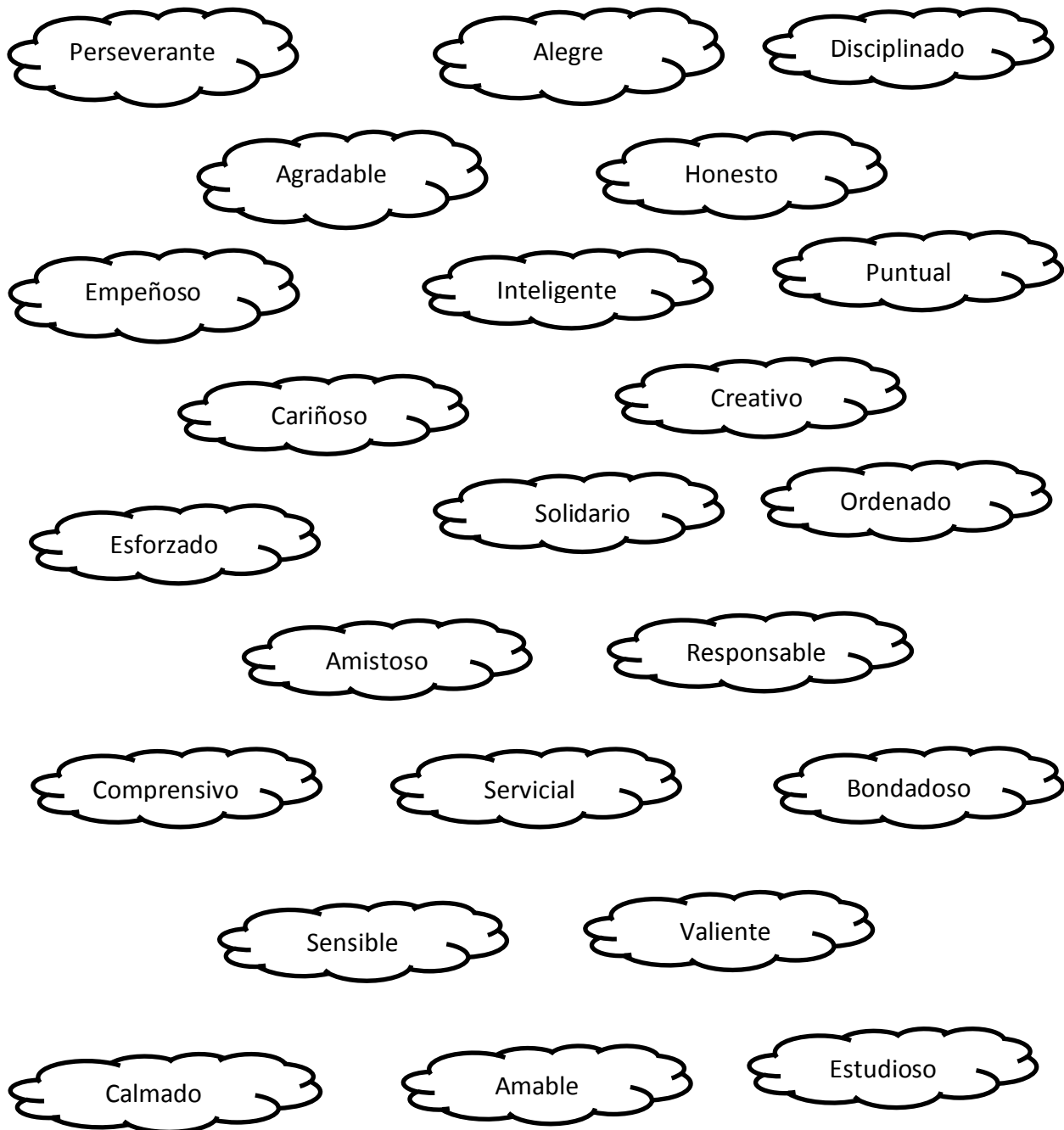
Mis padres querían que yo fuera un líder y un buen ejemplo para los otros: un ser humano decente. Me enseñaron a proponerme metas y a ser el mejor en todo lo que hiciera. En las lecciones que me daba mi padre, me decía una vez y otra vez que fuera el líder que merecía ser: que fuera un hombre grande de corazón y acciones, así como mi cuerpo. Tenía que preguntarme si era o no importante ser el tipo de líder y persona que mi padre creía que yo era. Sabía en mi corazón que él tenía razón. Así que traté de seguir sus consejos lo mejor que pude.

Cuando me concentré en ser el mejor en baloncesto y me volví el mejor en el juego, me hice el propósito de ser un buen ejemplo. A veces tengo que

detenerme y pensar antes de actuar; ocasionalmente cometo errores: todos somos humanos. Pero continuó buscando oportunidades donde pueda hacer una diferencia y poner un buen ejemplo, como me lo aconsejó mi padre. Ahora se los dejó a ustedes.

“Sé un líder, Shaq, no un seguidor. Ya que la gente tiene que mirarte hacia arriba, dales una buena razón para hacerlo”.

- Pinta las cualidades con las que te identificas:



SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 05 “Compañerismo”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	Estrategias	Recursos
Identifican las cualidades y talentos de ellos mismos y de los demás.	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contamos la reflexión “Globos” • Hacemos un comentario sobre la reflexión comentada. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los niños se sentarán en círculo. • Los investigadores se sentará con ellos y les presentará a “Memo”, un títere. Los niños le saludarán y “Memo” les dirá que sabe hacer muchas cosas bien: saltará, dará una vuelta, dará besos a los niños, etc... • Cada vez que “Memo” haga algo bien hecho le aplaudirán y le dirán “¡Qué bien haces.....!”. • A continuación se invitará a cada niño a expresar lo bien que realiza alguna actividad concreta, intentando pedir a cada uno de ellos alguna conducta que le salga muy bien. • Animamos a los niños para que refuerce a cada compañero esa habilidad especial, para que vea su reconocimiento en los demás. • Para la realización de esta actividad se deben tener en cuenta las características de cada niño en particular. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplaudir cuando terminan de realizar cada acción. • Hacen una metacognición de la actividad realizada. 	Salón Títere. Música

DINÁMICA N° 05

RECURSOS : Títeres

ESPACIO : El aula.

TIEMPO : 50 minutos.

OBJETIVO : Reconocer y valorarse como personas únicas e importantes.

Compañerismo

- Se narra la reflexión “mirar hacia arriba”

Globos

Hace varios años, un vendedor de globos vendía su producto en las calles de Nueva York. Cuando el negocio bajaba, soltaba un globo, al flotar en el aire, se reunía una nueva multitud de compradores y su negocio se fortalecía por unos minutos.

Alternaba los colores, primero uno blanco, luego uno rojo y después uno amarillo. Al cabo de un tiempo, un pequeño niño negro le jaló la manga del saco, miró al vendedor a los ojos y le preguntó: “Señor, si suelta un globo negro, ¿subiría?”

El vendedor de globos miró al pequeño y con compasión, sabiduría y comprensión le dijo: “Hijo, lo que los hace subir es lo que está adentro de ellos”

Ciertamente el niño tuvo la fortuna de encontrar a una persona que veía no solo con sus ojos. La persona que puede ver con el corazón, también puede alcanzar a tocar el espíritu dentro de otro ser humano y revelar lo bueno que hay en su interior.

El vendedor de globos tenía razón: **LO QUE ESTÁ DENTRO DE TI, ES LO QUE TE HARÁ SUBIR.**



SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 06 “La perseverancia”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	Estrategias	Recursos
<p>Realizan actividades desarrollando su creatividad</p>	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprenden la canción: “Yo puedo”. • Entonan la canción con movimientos. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La investigadora explica los pasos a seguir en la actividad a desarrollarse. • La investigadora presenta un rota folio con la secuencia del cuento a relatarse. • Escuchan con atención el cuento titulado: “La perseverancia”. • Comentan sobre el cuento escuchado respondiendo las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué tarea le designó el profesor a la niña? ¿La niña sintió inseguridad y temor con la tarea que se le estaba designando? ¿La niña aceptó la tarea encomendada? Cómo cuidaba la niña a la tortuga? Tuvo buenos resultados los cuidados y todo el esfuerzo que hizo la niña para que la tortuga crezca? ¿Le gustó al director el trabajo de cuidar la tortuga echa por la niña? • Dibujan la parte que más les gustó del cuento. • Pegan y muestran sus dibujos en el panel. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos meditan sobre la actividad realizada. • La investigadora hace reflexionar sobre la importancia de ser perseverantes y que tenemos que superar las dificultades. 	<p>salón</p> <p>Rota folio</p> <p>Hojas de trabajo</p> <p>Colores</p>

CUENTO N° 01
“LA PERSEVERANCIA”



Cierto día, Sara, estudiante del Segundo Grado del nivel primario, mientras hacía sus cotidianas actividades académicas en compañía de sus colegas, recibieron la visita del Director; a quien saludaron respetuosamente a coro infantil y este devolviendo el saludo, les informó que una pobre tortuguita se había extraviado y alejado de su familia, por lo que pidió a los alumnos, que voluntariamente se comprometieran a cuidarla y alimentarla. No habiéndose presentado voluntarios, el director solicitó a la profesora que designe a uno de sus alumnos, por criterios de baja conducta e irresponsabilidad, la maestra eligió a Sara, pues quería darle una oportunidad para que corrija sus actos, pero Sara sintió temor de aceptar esa responsabilidad y se negó. Entonces sus compañeros y su profesora le dieron palabras de aliento motivando a Sara para que acepte la tarea de cuidar a la tortuguita. Muy motivada Sara, aceptó cuidar y alimentar, y se la llevó a su casa, con ayuda de su mamá preparó un lugar apropiado para que el animal pueda vivir tranquilamente y le dio de comer. Pero al día siguiente la tortuguita amaneció enferma y no quiso recibir alimento, Sara muy preocupada pensó en devolver el animal al colegio, pero su mamá le pidió que no se diera por vencida fácilmente y que solo necesitaba de un poco más de cuidado, Sara reflexionó y se dio otra oportunidad. Pero en el colegio la maestra notó a la niña muy preocupada y se acercó a preguntarle qué es lo que le pasaba, la niña contó lo sucedido y la maestra la felicitó por no haber desistido en su tarea.

Pasaron los días y con los cuidados de la niña la tortuguita se fue recuperando, volvió la sonrisa en el rostro de la niña y con mucha ganas siguió cuidando al indefenso animal quien día a día iba creciendo más y más y se volvía más fuerte.

Y así transcurrían los días y llegó aquel día tan esperado por todos sus compañeros, sus maestros y el director. Sara presentó a la nueva tortuga dejando a todos muy sorprendidos por lo fuerte y grande que vieron al animal. En seguida el director felicitó a Sara por su perseverancia en cuidar a la tortuguita, recibiendo de esta manera los aplausos por parte de todos.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 07

“Una rosa blanca”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	Estrategias	Recursos
<p>Reconoce sus cualidades , externas e internas de cada uno de los alumnos</p>	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los investigadores narran el cuento “una rosa blanca” poniendo mayor énfasis en aquellos elementos que nos van a dar a conocer el mensaje de la lectura. • Se hace un comentario sobre el mensaje del cuento, y lo relacionamos con sus conocimientos previos de los estudiantes. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se da explicaciones de todo el proceso de la actividad, donde el objetivo fundamental es conocer, lo importante y valioso que es el ser humano, • luego pedimos a los alumnos que se sienten cómodamente, cierren los ojos, respiren pausadamente y recuerden la narración del cuento e identifican sus cualidades personales. • luego hacemos las siguientes interrogantes : • ¿quién eres? ¿te aceptas cómo eres? ¿qué cualidades positivas tienes? ¿cuántas veces te han dicho que eres importante? <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Luego se entrega a cada alumno un cuestionario para que conteste con la verdad las interrogantes expuestas por el investigador. • Los alumnos realizan el proceso de meta cognición 	<p>Texto</p> <p>Aula</p> <p>siluetas</p> <p>Hojas de trabajo</p> <p>cuestionario</p>

CUENTO N° 02**“La rosa blanca”**

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

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

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

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

-¿Esta soy yo? Pensó. Poco a poco sus hojas inclinadas hacia el suelo se fueron enderezando y miraban de nuevo hacia el sol y así, lentamente, fue recuperando su estilizada silueta. Cuando ya estuvo totalmente restablecida

vio, mirándose al cristal, que era una hermosa flor, y pensó: ¡¡Vaya!! Hasta ahora no me he dado cuenta de quién era, ¿cómo he podido estar tan ciega?

La rosa descubrió que había pasado sus días sin apreciar su belleza. Sin mirarse bien a sí misma para saber quién era en realidad. Si quieres saber quién eres de verdad, olvida lo que ves a tu alrededor y mira siempre en tu corazón.



SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 08

“La extraña pajarería”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	estrategias	recursos
<p>Expresan oralmente sus sentimientos después de leer e interpretar el cuento</p>	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los investigadores narran el cuento “la extraña pajarería” Poniendo mayor énfasis en aquellos elementos que nos van a dar a conocer el mensaje de la lectura. • Se hace un comentario sobre el mensaje del cuento, donde rescataremos los saberes previos de los estudiantes. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se da explicaciones de todo el proceso de la actividad, donde van a conocer lo importante que es el ser humano, no solo en su aspecto físico sino también en lo espiritual, lo que hace que cada uno sea más valioso. • luego pedimos a los alumnos que comenten si alguna vez han sido víctima o presenciado algún tipo de maltrato. • Seguidamente se les hace las siguientes interrogantes: • ¿Quién es la persona a quién más quieres? ¿Quiénes son tus mejores amigos? ¿Qué te gustaría ser cuando seas más grande? • Estas preguntas tendrán mucha relación con la narración del cuento e identifican sus cualidades personales. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • luego los alumnos conversan sobre las actividades realizadas. 	<p>Texto</p> <p>Aula</p> <p>siluetas</p> <p>Hojas de trabajo</p> <p>cuestionario</p>

CUENTO N° 03

“La extraña pajarería”

El señor Pojarían era un hombrecillo de cara simpática y sonriente que tenía una tienda de pajaritos. Era una pajarería muy especial, en la que todas las aves caminaban sueltas por cualquier lado sin escaparse, y los niños disfrutaban sus colores y sus cantos.

Tratando de saber cómo lo conseguía, el pequeño Nico se ocultó un día en una esquina de la tienda. Estuvo escondido hasta la hora del cierre, y luego siguió al pajarero hasta la trastienda.

Allí pudo ver cientos de huevos agrupados en pequeñas jaulas, cuidadosamente conservados. El señor Pajarían llegó hasta un grupito en el que los huevecillos comenzaban a moverse; no tardaron en abrirse, y de cada uno de ellos surgió un precioso ruiseñor.

Fue algo emocionante, Nico estaba como hechizado, pero entonces oyó la voz del señor Pajarían. Hablaba con cierto enfado y desprecio, y lo hacía dirigiéndose a los recién nacidos: "¡Ay, miserables pollos cantores... ni siquiera volar sabéis, menos mal que algo cantaréis aquí en la tienda!"- Repitió lo mismo muchas veces. Y al terminar, tomó los ruiseñores y los introdujo en una jaula estrecha y alargada, en la que sólo podían moverse hacia adelante.

A continuación, sacó un grupito de petirrojos de una de sus jaulas alargadas. Los petirrojos, más crecidos, estaban en edad de echar a volar, y en cuanto se vieron libres, se pusieron a intentarlo. Sin embargo, el señor Pajarían había colocado un cristal suspendido a pocos centímetros de sus cabecitas, y todos los que pretendían volar se golpeaban en la cabeza y caían sobre la mesa. "¿Veis los que os dije?" -repetía- " sólo sois unos pobres pollos que no pueden volar. Mejor será que os dediquéis a cantar"...

El mismo trato se repitió de jaula en jaula, de pajarito en pajarito, hasta llegar a los mayores. El pajarero ni siquiera tuvo que hablarles: en su mirada triste y su andar torpe se notaba que estaban convencidos de no ser más que pollos cantores. Nico dejó escapar una lagrimita pensando en todas las veces que había disfrutado visitando la pajarería. Y se quedó allí escondido, esperando que el señor Pajarían se marchara.

Esa noche, Nico no dejó de animar a los pajaritos. "¡Claro que podéis volar! ¡Sois pájaros! ¡Y sois estupendos! ", decía una y otra vez. Pero sólo recibió miradas tristes y resignadas, y algún que otro bello canto.

Nico no se dio por vencido, y la noche siguiente, y muchas otras más, volvió a esconderse para animar el espíritu de aquellos pobre pajarillos. Les hablaba, les cantaba, les silbaba, y les enseñaba innumerables libros y

dibujos de pájaros voladores "¡Ánimo, pequeños, seguro que podéis! ¡Nunca habéis sido pollos torpes!", seguía diciendo.

Finalmente, mirando una de aquellas láminas, un pequeño canario se convenció de que él no podía ser un pollo. Y tras unos pocos intentos, consiguió levantar el vuelo... ¡Aquella misma noche, cientos de pájaros se animaron a volar por vez primera! Y a la mañana siguiente, la tienda se convirtió en un caos de plumas y cantos alegres que duró tan sólo unos minutos: los que tardaron los pajarillos en escapar de allí.

Cuentan que después de aquello, a menudo podía verse a Nico rodeado de pájaros, y que sus agradecidos amiguitos nunca dejaron de acudir a animarle con sus alegres cantos cada vez que el niño se sintió triste o desgraciado.



TALLER PARA PADRES

Taller de “Estrategias para ayudar a nuestros hijos a mejorar su Autoestima”

FUNDAMENTACIÓN:

Es necesario que los padres de niños con baja autoestima conozcan: sus causas, pero sobre todo las habilidades y destrezas que ellos deben poseer para poder ayudar a su hijo a mejorar su autoestima. Desde la investigación y en nuestra labor de docentes se constata la necesidad que tienen los hijos de que sus padres les brinden amor, comprensión, seguridad. Desarrollando en ellos de esta manera, autonomía, autocontrol y confianza en si mismos con lo cual estará consolidando una autoestima alta que lo ayudara a desenvolverse en todos los aspectos de su vida.

OBJETIVOS GENERALES

- Dotar de estrategias a los padres para que ayuden a mejorar la autoestima de sus hijos.
- Favorecer el autocontrol en situaciones difíciles.
- Aumentar las probabilidades de éxito en la interacción social.
- Favorecer el bienestar emocional en el ámbito familiar.

TEMPORALIZACIÓN

Se desarrollará a lo largo de 4 sesiones grupales de una hora y media de duración cada una, con el apoyo de los investigadores.

Modalidad normal una sesión a la semana. En diferentes horarios para poder compaginar la vida familiar y laboral.

METODOLOGÍA

Fundamentalmente PRÁCTICO, se contará con un material de apoyo para los asistentes, se realizará una pequeña EXPOSICIÓN ORAL de los principales elementos teóricos, con apoyo visual, y se pasará a la EXPERIMENTACIÓN e INTERCAMBIO, proponiendo TAREAS que realizara en casa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 09

“Buenos padres”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. Nº 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA: PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

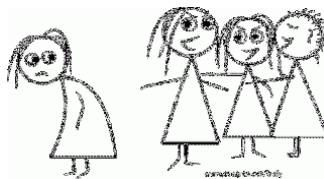
TALLER N° 1

ANALICEMOS LAS SIGUIENTES EXPRESIONES:

“Eres un inútil” “no sirves para nada” “como siempre nos traes problemas” “que mal te queda ese vestido” “no piensas, por gusto tienes tu cabeza” “tonto” “mejor no hables” “tu hermano es mejor que tu” “nunca haces nada bien” “siempre te equivocas” “lloras por tonterías” “gritas como loca”



“Soy tonto” “soy fea” “soy irresponsable” “siempre traigo problemas” “mejor no hubiera nacido” “no sirvo para nada” “mi vida no tiene sentido” “nadie me quiere” “soy un fracaso” “no soy inteligente” “a veces hago las cosas bien”



Saco malas calificaciones, intento quitarme la vida, me deprimó, repito de año, todo lo que hago me sale mal, se me caen las cosas, etc.

Para reflexionar: Solo lee las frases que están en negrita:

- _ ¿Cuántas de estas frases son conocidas?
- _ ¿Cuántas de estas frases han salido de mi boca hacia mis hijos, esposa, trabajadores etc.?
- _ ¿Cuántas de estas frases me han dicho en mi vida? ¿Quién me la dijo?
- ¿En que circunstancias?
- _ ¿Qué sentí cuando me la dijeron?

_ ¿Mis acciones de hoy reflejan lo que se instaló desde mi niñez?

Es la valoración, la imagen que la persona se ha formado de sí misma. Indica el grado de aceptación o rechazo que siente frente a sí mismo y expresa una actitud de aprobación basándose en la realidad. También revela el grado en que una persona se siente y se sabe capaz, exitosa, digna, y actúa como tal. Es quererse uno mismo, saberse valorarse, percibirse satisfecho o insatisfecho.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 10

“Padres responsables”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	Estrategias	Tiempo
Reconocen sus actitudes positivas y negativas	Inicio:	13 min.
	• Realizan la actividad: “Dibujando lo más hermoso que queremos”.	07 min.
	• Comentan acerca la actividad realizada.	15 min.
	Desarrollo:	
	• La investigadora explica los pasos a seguir en la actividad a desarrollarse.	20 min.
	• La investigadora presenta el video Padres responsables.	10 min.
	• Comentan sobre el video observado respondiendo las siguientes preguntas:	20 min
	¿Qué les pareció el video?	
	¿Qué actitudes negativas hemos podido apreciar?	15 min.
	¿Qué actividades positivas se ha observado en el video?	
¿Alguna vez han actuado como los personajes del video?	08 min.	
¿Cómo debe ser las actitudes correctas de los padres para ayudar y comprender a sus hijos?	03 min.	
• Los padres meditan sobre la actividad realizada.		
Cierre:		
• La investigadora hace reflexionar sobre la importancia de ser buenos padres para tener hijos con autoestima alta.		
• Se reparte una ficha donde presenta los tips para desarrollar y fortalecer la autoestima de sus hijos		

TALLER N° 2
TIPS PARA DESARROLLARE Y FORTALECER LA AUTOESTIMA
DE SUS HIJOS

1. Demuéstrele amor de la siguiente manera (no importando la edad): Con caricias, con el tono de voz, con el rostro, con palabras, tales como “te quiero mucho”, “eres un buen niño”, “Tú puedes hacerlo bien”, “confío en ti”.
2. Explíquelo las cosas con calma y buen humor.
3. Converse con sus hijos de manera cotidiana sobre: sus sentimientos, pensamientos, sus actividades, cursos difíciles, cursos o deportes en que destaca, de tal manera que sienta que usted muestra interés y le da valor a todo lo que piensa, siente y hace.
4. Aliente y de ánimo a sus hijos: El alentar a un niño, el darle ánimo, es uno de los grandes instrumentos que tienen los padres a su disposición para ayudar a sus hijos en su crecimiento, para ayudarlos en el aprendizaje y aceptación de nuevas actividades y responsabilidades. A continuación presentamos algunas sugerencias para aprender a dar ánimo y confianza a nuestros hijos.
5. Lo más importante es que Ud. crea en su hijo y que Ud. le tenga confianza. Si no existe esta confianza, su intento para alentarlo o darle ánimo va a sonar falso.
6. Busque "la mejora" y no "la perfección". Este es un punto fundamental, recuerde que su hijo está en un proceso de crecimiento y aprendizaje y que lo quiere animar a querer hacer la tarea o a querer aceptar la responsabilidad e intentar hacerla cada vez mejor. No busque que lo haga perfectamente.
7. Enfóquese en el esfuerzo más que en el resultado. Puesto que no estamos buscando "la perfección", vamos a alentar al niño en "su esfuerzo". Lo que cuenta es que el niño se está esforzando por hacerlo mejor.
8. Las equivocaciones no significan fracasos. Es importante que examinen lo que esperan de su hijo, si esperan "la perfección" no le van permitir equivocarse. Si lo que esperan de su hijo es su interés en querer aceptar una tarea o una responsabilidad y cumplirla, comprenderán que las equivocaciones son parte del proceso y que hay que seguir dándole ánimo para que siga adelante.
9. Ayude al niño a desarrollar la valentía de ser imperfecto. En este proceso de desarrollo hay que transmitirle al niño que uno se puede equivocar, que él no tiene que ser perfecto. El saber que uno no es perfecto, pero que, no obstante, uno vale, es un componente básico de una sólida autoestima.
10. Estimule al niño y dele ánimo pero no le exija demasiado. Deje que el niño de la pauta. Analice lo que esperan de su hijo. No espere de

él lo que él no puede dar. Esto convierte el "dar ánimo" en una exigencia.

11. Conozca y establezca la diferencia entre "dar ánimo" y "elogiar".
El elogio proyecta una imagen perfecta pero falsa de la persona. Hay que evitar emitir elogios para que el niño no cree una imagen errónea y sobrevalorada de sí mismo. El elogio va dirigido a la persona, al ser y no da información correcta. El dar ánimo va dirigido a lo que el niño hace y le da información correcta al niño.

DE APRENDIZAJE N ° 11

“Niños que ven, niños que aprenden”

I. DATOS GENERALES

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos

Capacidad	Estrategias	Recursos
Reconocen ser buenos o malos ejemplos ante sus hijos.	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los investigadores muestran un video “niños que ven, niños que aprenden” donde se observa actitudes de los padres que los niños imitan, así como también la formación que se da a los hijos con falta de amor. Se pide voluntarios para que opinen acerca del video, luego Se hace un comentario sobre el mensaje del video, poniendo énfasis a ser buen ejemplo para sus hijos, amarlos y protegerlos. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Se realiza preguntas luego momentos de silencio para que los padres interioricen: ¿Qué clase de padres se consideran?, ¿Sus hijos saben comportarse?, ¿creen que han sido un buen ejemplo para con sus hijos? Los investigadores buscan que los padres de familia comenten si son o no buenos ejemplos para sus hijos. . Los investigadores comentaran que deben de hacer los padres para llegar a ser buenos ejemplos. Cada padre de familia dirá un compromiso para mejorar la educación que brinda a sus hijos. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Se entrega un cuestionario a cada padre de familia. Se reparte un presente por haber asistido y por qué se convertirán en mejor padres. 	<p>Televisio</p> <p>DVD</p> <p>Cd</p> <p>Música</p>

TALLER N° 3

Ante cada una de las frases pon brevemente actitudes que puedes cambiar respecto a tu hijo/a.

Si un hijo vive criticado, aprende a criticar	_____ _____ _____
Si un hijo vive con hostilidad, aprende a pelear	_____ _____ _____
Si un hijo vive avergonzado, aprende a sentirse culpable	_____ _____ _____ _____
Si un hijo vive con tolerancia, aprende a ser tolerante	_____ _____ _____
Si un hijo vive con estímulos, aprende a confiar	_____ _____ _____
Si un hijo vive apreciado, aprende a apreciar	_____ _____ _____
Si un hijo vive con equidad, aprende a ser justo	_____ _____ _____
Si un hijo vive con seguridad, aprende a tener fe	_____ _____ _____
Si un hijo vive con aprobación, aprende a quererse	_____ _____ _____
Si un hijo vive con aceptación y amistad, aprende a encontrar amor en el mundo	_____ _____ _____ _____

SESIÓN DE APRENDIZAJE N ° 12

“Reflexiones de un padre”

I. DATOS GENERALES

II.

- 1.1.- I.E. Y LUGAR : I.E. N° 32011 “Hermilio Valdizán” – Huánuco
 1.2.- UGEL/DRE : Huánuco – Huánuco
 1.3.- INVESTIGADOR : Katya Ingrid ACOSTA MALPARTIDA
 1.4.- GRADO Y FECHA : PRIMER GRADO
 1.5.- DURACIÓN : 50 Minutos



Capacidad	Estrategias	Recursos
Reconoce cada padre las actitudes que muestran ante sus hijos y expresan sus sentimientos luego de ver el video.	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> Se entrega un cuestionario para que respondan los padres de familia. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Los investigadores muestran un video “La reflexión de un padre” donde se observa ciertas actitudes negativas de un padre frente a su hijo, y como el hijo le da un ejemplo de amor hacia su padre. Se hace un comentario sobre el mensaje del video, donde rescatamos lo importante que son nuestros hijos y el amor con lo que se debe educar, sin dañar física y psicológicamente. Se da explicaciones del proceso de la actividad, donde van a conocer lo importante que son sus hijos, y el amor que se le debe dar al educar, porque de ello depende la autoestima de cada niño. Luego pedimos a los padres que comenten sus experiencias de cómo educan a sus hijos, y si alguna vez han tenido esa actitud negativa como se muestra en el video. Los investigadores les darán a conocer algunas pautas para ayudarlos a educar con amor, cariño y respeto a sus hijos. Sin llegar a dañar su integridad física y psicológica. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> Seguidamente se les hace las siguientes interrogantes: ¿Qué clase de hijos quieres tener? Cómo educar a tus hijos?, ¿Cómo te gustaría que fuesen tus hijos? ¿Te consideras buen padre o una buena madre? <p>Estas preguntas tendrán mucha relación con el video, que les ayudará a reflexionar, si están cumpliendo correctamente con la función de padres.</p> <ul style="list-style-type: none"> luego los padres conversan sobre las actividades realizadas 	<p>Televisor</p> <p>Dividí</p> <p>Aula</p> <p>CD</p> <p>Hojas de trabajo</p> <p>cuestionario</p>

¿Conoce a su hijo?

Responde con sinceridad las siguientes interrogantes:

1. ¿Cuál es la fecha del cumpleaños de su hijo(a)?

.....

2. ¿Cómo se llama el mejor amigo(a) de su hijo(a)?

.....

3. ¿Cuál es la materia de estudio que más le interesa a su hijo(a)?

.....

4. ¿Cómo se llama el director de grupo de su hijo(a)?

.....

5. ¿Cuál es la actividad favorita de su hijo(a)?

.....

6. ¿Cuál es la mayor habilidad/disposición de su hijo(a)?

.....

7. ¿En qué situaciones se siente seguro su hijo(a)?

.....

8. ¿En qué situaciones se siente inseguro su hijo(a)?

.....

9. ¿Qué es lo que más le desagrada a su hijo (a) de sí mismo?(a)

.....

10. ¿Qué es lo que su hijo(a) más admira en usted?

.....

11. ¿Cuál es la persona favorita de su hijo(a) en la familia?

.....

12. ¿Qué clase de lecturas prefiere su hijo(a)?

.....

13. ¿Cuál ha sido el momento más feliz de la vida de su hijo(a)?

.....

14. ¿Cuál ha sido el momento más triste en la vida de su hijo(a)?

.....

15. ¿Qué actividades le gustaría a su hijo(a) compartir con usted?

.....

16. ¿A qué le tiene miedo su hijo(a)

.....

17. ¿En este momento qué es lo que más necesita su hijo(a) de usted?

.....

18. ¿Qué piensa su hijo(a) acerca del amor?

.....

19. ¿Quién es Dios para su hijo(a)?

.....

20. ¿Qué planes y proyectos futuros tiene su hijo(a)?

.....