

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El desarrollo de la autoestima en la infancia

Trabajo académico presentado para optar el Título de Segunda  
Especialidad Profesional en Psicopedagogía.

Autora.

Mary Elizabeth Gutiérrez Escobar

TUMBES – PERÚ

2019

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El desarrollo de la autoestima en la infancia.

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su  
contenido y forma.

Mary Elizabeth Gutiérrez Escobar. (Autora)

Dr. Segundo Alburquerque Silva. (Asesor)

TUMBES – PERÚ

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN  
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

**ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO ACADÉMICO**

En Tumbes, a los veintiséis días del mes de febrero del dos mil diecinueve, se reunieron en un ambiente de la I.E. José Antonio Encinas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la educación peruana, el Dr. Oscar Calisto La Rosa Feijoo, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Saúl Sunción Ynfante (Secretario) y Mg. Raúl Alfredo Sánchez Ancojima (Vocal), con el objeto de evaluar el trabajo académico denominado: "El desarrollo de la autoestima en la infancia" optar el título Profesional de Segunda Especialidad en Psicopedagogía a la señora Mary Elizabeth Gutiérrez Escobar.

A las OCHO horas CINCUENTA minutos y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el Presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo BUENO.

Por tanto, Mary Elizabeth Gutiérrez Escobar. Queda APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Psicopedagogía.

Siendo las NOVE horas con VEINTE minutos, el presidente del jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.

  
Dr. Oscar Calisto La Rosa Feijoo.  
Presidente del Jurado

  
Dr. Saúl Sunción Ynfante.  
Secretario del Jurado

  
Mg. Raúl Alfredo Sánchez Ancojima  
Vocal del Jurado

## **DEDICATORIA**

A Dios por haber permitido culminar éste gran reto, con esfuerzo y sacrificio, concediéndome buena salud, que es lo primordial y necesario para seguir adelante día a día para lograr mis objetivos.

A mi familia por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores inculcados desde pequeña, que ha permitido ser una persona de bien y una profesional con ética, pero a todo ello, por su amor incondicional. A mi Tía Olga por su ejemplo de perseverancia que la caracteriza, por sus orientaciones que me ha dado siempre y hasta hoy, para salir adelante, que no te debilites cuando te tropieces con una piedra; al contrario que eso te haga más fuerte. A mi amiga/ Yessenia, por su motivación constante y por su apoyo incondicional, que en todo momento me ofreció, más aun en los momentos difíciles. A todos que ayudaron directa o indirectamente en mis estudios, mi profundo agradecimiento.

A los maestros por su motivación y por haberme transmitido los conocimientos obtenidos, para la culminación de nuestros estudios profesionales y a la vez a mis compañeros de estudios, porque aprendí mucho de ellos, a través de la interacción, enriqueciendo mi aprendizaje.

## ÍNDICE

### DEDICATORIA

### RESUMEN

### INTRODUCCIÓN

<b>CAPÍTULO I: EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA INFANCIA. ....</b>	<b>8</b>
1.1. Concepto de la autoestima. ....	8
1.2. Las bases teóricas de la autoestima infantil. ....	9
1.2.1. El interaccionismo simbólico o teoría del espejo. ....	10
1.2.2. La teoría del aprendizaje social. ....	10
1.3. Factores que influyen en la construcción de la autoestima infantil. ....	11
1.3.1. La familia en la construcción de la autoestima infantil. ....	11
1.3.2. La escuela y la sociedad en la construcción de la autoestima infantil. ....	15
1.3.3. El niño o niña en la construcción de la autoestima. ....	16
1.4. Desarrollo evolutivo de la autoestima. ....	17
1.5. Ventajas de una autoestima positiva. ....	18
1.5.1. Características de la autoestima positiva. ....	19
1.6. Desventajas de una autoestima global débil. ....	20
1.6.1. Características de una autoestima global débil. ....	21
1.7. Consecuencias de la autoestima. ....	23
1.7.1. Importancia de la autoestima para el bienestar emocional. ....	24
1.8. Programas para padres como alternativa para la promoción de la autoestima infantil ...	26
 <b>CAPÍTULO II: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA MEJORA DE LA AUTOESTIMA INFANTIL (FELDMAN (2001), FELDMAN (2005), LÓPEZ (2008) Y SANTOS (2012)). ....</b>	 <b>29</b>
Sesión 1: Así soy yo. ....	30
Sesión 2: Así me veo yo, así me ven los demás. ....	31
Sesión 3: Nuestra clase. ....	32
Sesión 4: Mi caja especial. ....	33
Sesión 5: Momentos felices y tristes. ....	34

Sesión 6: Iguales pero diferentes.	35
Sesión 7: Mi nombre habla de mí.	36
Sesión 8: ¿Qué nota me pongo?	37
Sesión 9: Mi esfuerzo vale mucho.	38
Sesión 10: Soy único e irreplicable.	39
Sesión 11: El entierro del no puedo.	40
Sesión 12: Lo he superado y lo superaré.	41
Sesión 13: La red de amistad de la clase.	42
Sesión 14: ¿Qué apostamos?	43
Sesión 15: El árbol de mis logros.	44
Sesión 16: El hombre y la mujer ideal.	45
Sesión 17: Carta a mi familia.	46
Sesión 18: Cuidamos nuestras palabras.	47
Sesión 19: Personas que me quieren.	48
Sesión 20: Estrellas para todos.	49
Sesión 21: Cuento “No puedo”.	50
Sesión 22: Copas y medallas.	51
Sesión 23: Mi futuro.	52
Sesión 24: Mural “la mejor clase”.	53

## **CONCLUSIONES**

## **REFERENCIAS CITADAS**

## **RESUMEN**

La investigación monográfica de tipo compilación titulada “El desarrollo de la autoestima en la infancia” tuvo por problema de investigación: ¿qué factores contribuyen en la construcción de la autoestima infantil?; el objetivo general: identificar los factores que contribuyen en la construcción de la autoestima infantil; los objetivos específicos: explicar el rol que cumple la familia, la escuela y la sociedad en la construcción de la autoestima de la infancia de los niños y niñas; asimismo, realizar la propuesta didáctica de actividades, juegos y proyectos colaborativos para mejorar la autoestima infantil. Se ha determinado que la autoestima es la valoración que el sujeto hace de su autoconcepto, González Martínez. La manera en la que la sociedad ve al niño influye en cómo se ve a sí mismo”, es decir, el ser humano busca su propia integración en la sociedad, por lo que un rechazo por parte de la misma lleva a buscar los errores dentro de uno mismo.

**Palabras clave:** La autoestima en la educación infantil, propuesta para mejorar la autoestima.

## INTRODUCCIÓN

“La autoestima es la valoración que el sujeto hace de su autoconcepto, González Martínez, (1999). Es, por tanto, la comparación de todas estas ideas con el modelo que consideramos perfecto. De este modo, evaluamos positiva o negativamente cada característica de nuestra imagen física, psicológica y social, según encaje o no en la idea de “lo que queremos llegar a ser”, Bermúdez, (2000). Por tanto, tanto el modelo ideal como las metas personales, pueden variar radicalmente de una persona a otra. Siguiendo con nuestro ejemplo, la afirmación “estoy muy delgado” puede ser visto como una virtud o como un defecto, dependiendo de si el estar delgado tiene un mayor o menor peso en la imagen de nuestro modelo ideal”. (Autoestima y Factores, 2016, párr. 3)

“La autoestima comienza a desarrollarse desde que el niño tiene conciencia de sí mismo como persona. Por tanto, todo su entorno, sus relaciones sociales y sus experiencias desde este momento pueden influir negativa o positivamente al desarrollo de este concepto. Por lo manifestado, la presente investigación monográfica de tipo compilación se centra en describir los contextos que afectan más directamente a los niños y niñas de Educación Infantil y primeros grados de Educación Primaria, toda vez que serán los que nos incumbe a la hora de preparar cualquier intervención en el aula. En primer lugar, citando a Vallés (1998), la autoestima no es innata, no se hereda, sino que se aprende. Por ello debe ser educada y reforzada por parte de los adultos más cercanos al niño y niña: los padres y madres, maestros y maestras y la sociedad”. (Miranda, s.f., p. 10)

Lo expuesto nos sirve para plantear el *problema de la investigación*: ¿qué factores contribuyen en la construcción de la autoestima infantil?, el cual nos ha permitido formular el *título de la monografía*: el desarrollo de la autoestima en la infancia, el cual tiene como *objetivo general*: identificar los factores que contribuyen

en la construcción de la autoestima infantil; los *objetivos específicos*: Explicar el rol que cumple la familia, la escuela y la sociedad en la construcción de la autoestima infantil de los niños y niñas; asimismo, realizar la propuesta didáctica de actividades, juegos y proyectos colaborativos para mejorar la autoestima infantil.

“Se concluye que la familia es una pieza clave para el origen de la autoestima, pues cuanto más positivamente se percibe la relación familiar más elevada tiende a ser la autoestima de los hijos, Peixoto, (2004); del mismo modo, la escuela y sociedad”. (Feldman, 2001, p. 20)

“La manera en la que la sociedad ve al niño influye en cómo se ve a sí mismo, es decir, el ser humano busca su propia integración en la sociedad, por lo que un rechazo por parte de la misma lleva a buscar los errores dentro de uno mismo”. (Núñez, 2016, p. 10)

La monografía está estructurada en dos capítulos: *el primero* describe Las bases teóricas de la autoestima infantil, asimismo, se describen los factores que influyen en la construcción de la autoestima infantil: familia, escuela, sociedad, del mismo modo se explica las ventajas y desventajas de la autoestima positiva y negativa respectivamente; *el segundo*, “trata acerca de la propuesta didáctica de actividades, juegos y proyectos colaborativos para mejorar la autoestima infantil. Asimismo, se arriba a las conclusiones y la bibliografía consultada” (Costa, 2019, p. 8).

“Finalmente expreso mi gratitud eterna a todas aquellas personas que alentaron mi espíritu y mi intelecto, por sus extraordinarias orientaciones y aportes académicos, los cuales nos han servido en el desarrollo y cristalización de nuestra investigación monográfica. Considero que el tema no ha sido agotado, pero procuraremos mejores logros en futuras tareas”. (Costa, 2019, p. 8)

## CAPÍTULO I

### EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

#### 1.1. Concepto de la autoestima

“Existen varios conceptos de autoestima, sin embargo, todos coinciden en una idea central: es conocerse así mismo, es la función de velar por uno mismo, es autodefenderse, valorarse, autoestimarse y autoobservarse. La autoestima es aprender a querernos, respetarnos y cuidarnos. Depende esencialmente de la educación en la familia, la escuela y el entorno. Constituye una actitud hacia sí mismo”. (Hernández, 2004, p. 3)

Rogers (1967) como se citó en Hernández (2004) “define la autoestima como “un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refiere al sujeto”, y señala que es “lo que el sujeto reconoce como descriptivo de sí y que él percibe como datos de identidad” (p. 3).

Desde el punto de vista psicológico Yagosesky (1998) como se citó en Hernández (2004):

“Define la autoestima como el resultado del proceso de valoración profunda, externa y personal que cada quien hace de sí mismo en todo momento, esté o no consciente de ello. Este resultado es observable, se relaciona con nuestros sentidos de valía, capacidad y merecimiento, y es a la vez causa de todos nuestros comportamientos”. (p. 3)

Branden, en de Mézerville, (2004) como se citó en Naranjo (2007) manifiesta que:

“La autoestima está configurada por factores tanto internos como externos. Entiendo por factores internos, los factores que radican o son creados por el individuo-ideas, creencias, prácticas o conductas. Entiendo por factores

externos los factores del entorno: los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, las personas significativas para nosotros, las organizaciones y la cultura”. (p. 2)

## **1.2. Las bases teóricas de la autoestima infantil**

“Las creencias que una persona llega a tener del contexto que la rodea involucra aspectos tanto cognitivos como afectivos, lo cual lleva a pensar que el origen y desarrollo del autoconcepto y la autoestima son procesos complementarios y continuos a lo largo del ciclo evolutivo de una persona. Ambas construcciones paralelas implicarán factores perceptivos y atribucionales en los que se dificulta diferenciar lo intrínseco del sujeto y la influencia pura de su ambiente más próximo”. (González Arratia y Gil, 2006, p.)

“Si bien existen muchos enfoques teóricos que explican la estructuración y desarrollo del autoconcepto y de la autoestima, se conocen dos teorías psicológicas que destacan la importancia de la calidad de la parentalidad en la formación del concepto de sí mismo y su valoración: (a) el interaccionismo simbólico o teoría del espejo, Berger y Luckman, (1986) y (b) la teoría del aprendizaje social”. (Vargas & Oros, s.f., p. 160)

### **1.2.1. El interaccionismo simbólico o teoría del espejo**

“Según la teoría del interaccionismo simbólico, las autovaloraciones se construyen a partir de la retroalimentación ofrecida por figuras significativas, por lo que son resultado de las percepciones del entorno próximo. La persona se ve reflejada en la imagen que le ofrecen otros, como si estos fueran un espejo. Desde esta perspectiva, el niño o niña llega a ser como los otros significativos piensan que es. En los primeros años de vida, la información de sí mismo se recibe casi exclusivamente de los padres. No obstante, con los años se incorporan otras figuras significativas como lo son profesores, compañeros de escuela y amigos”. (Contreras, 2017, p. 20)

### **1.2.2. La teoría del aprendizaje social.**

“La teoría del aprendizaje social de Bandura, (1982), sugiere que el niño o niña forma su autoconcepto a partir de un proceso de imitación en el que incorpora actitudes y comportamientos de las personas significativas, especialmente de los padres” (Vargas y Oros, s.f., p. 160).

“En climas familiares sanos, los niños y niñas son sujetos activos, por lo que sus propias actitudes y experiencias también tienen un peso significativo en la conformación de su autoconcepto y autovaloración” (Vargas y Oros, s.f., p. 160). Harter (1983) como se citó en Vargas y Oros (s.f.) señala que la autoestima y el autoconcepto de los niños proviene de dos fuentes primordiales:

- a) “El apoyo que perciben de las demás personas y
- b) Cuán competentes se sienten los niños en diferentes ámbitos. No obstante, la autora sugiere que la contribución principal es el respeto de las personas más significativas en sus vidas, es decir, sus padres y familiares, seguidos de docentes y amigos”. (p. 160)

### **1.3. Factores que influyen en la construcción de la autoestima infantil.**

“La autoestima comienza a desarrollarse desde que el niño o niña tiene conciencia de sí mismo como persona. Por tanto, todo su entorno, sus relaciones sociales y sus experiencias desde este momento pueden influir negativa o positivamente al desarrollo de este concepto”. (Miranda, s.f., p. 10)

Vallés (1998) como se citó en Miranda (s.f.) afirma

“Categorícamente que la autoestima no es innata, no se hereda, sino que se aprende. Por ello debe ser educada y reforzada por parte de los adultos más cercanos al niño o niña: los padres y los maestros. Los distintos autores proponen varios enfoques a la hora de agrupar los factores que influyen en la autoestima. Sin embargo, son tres los aceptados por la gran mayoría: Primero, la familia; segundo, la escuela y sociedad; finalmente el niño. A continuación, se describe cada factor”. (p. 10)

### **1.3.1. La familia en la construcción de la autoestima infantil**

“Las investigaciones empíricas realizadas con niños(as) y adolescentes confirman que la familia es una pieza clave para el origen de la autoestima. De todas las condiciones familiares que pueden afectar la valoración personal de los hijos e hijas, los aspectos afectivos y relacionales parecen ocupar un lugar más privilegiado que las características formales de las familias, tales como cantidad de hermanos, la constitución familiar, el orden de nacimiento, etc”. (Contreras, 2017, p. 33)

“Cuanto más positivamente se percibe la relación familiar más elevada tiende a ser la autoestima de los hijos, Peixoto, (2004). Espinoza y Balcazar, (2002), en una investigación realizada con niños maltratados y niños de familias caracterizadas por buenos tratos, encontraron que los niños de familias con buen ambiente mostraban una autoestima más elevada que los menores maltratados. En contraste, las vivencias negativas en el hogar contribuyen a una autodefinición y autovaloración inadecuada del niño y niña, tal como se señala en otros estudios, Natera, Mora, Nava, Tiburcio, (1994), toda vez que es frecuente que quienes han vivido en un ambiente hostil desarrollen una autoestima deficiente”. (Contreras, 2017, p. 33)

“Dentro de las características afectivas y relacionales de los padres que más contribuyen a desarrollar y fortalecer la autoestima positiva de los hijos se encuentran la aceptación y el apoyo incondicional. Los estudios de Coopersmith (1967, 1968), por ejemplo, mostraron que los niños/adolescentes con alto aprecio a sí mismos eran hijos de madres con elevada autoestima, que aceptaban y brindaban apoyo a sus hijos. Más recientemente, Martínez Ferrer, Murghi Pérez, Musitu Ochoa y Monreal Gimeno (2008), encontraron que el apoyo parental (comprendido por conductas de soporte emocional e informacional, respeto por la autonomía y aceptación del hijo como persona) correlacionaba positivamente con la autoestima escolar y familiar, tanto de niños como de adolescentes. En contraposición, un estudio realizado en universitarios mostró una alta relación entre la percepción de desaprobación parental y la autoestima negativa en los hijos. Los hijos que se sienten

rechazados por sus padres (especialmente por la madre) ven afectada su autovaloración”. (Vargas y Oros, s.f., p. 161)

“La comunicación familiar adecuada también favorece el desarrollo de la autoestima en los hijos, Cava, et. al, (2006). En particular, el contenido emocional de las conversaciones que se desarrollan entre padres e hijos, con especial énfasis en las evaluaciones y emociones positivas, es un elemento que parece estar asociado significativamente a la autovaloración de los niños”. (Vargas y Oros, s.f., p. 161)

“La aceptación parental es ampliamente reconocida como una de las dimensiones básicas que constituyen los diferentes estilos de crianza. Diversos investigadores han señalado que existe una estrecha relación entre los estilos educativos y diferentes áreas del desarrollo humano asociados con el nivel de autoestima”. (Vargas y Oros, s.f., p. 161)

Las características del estilo parental incluyen dos aspectos básicos y relacionados:

- a) “La demostración y comunicación del afecto en la relación (aceptación-rechazo, calor-frialdad, afecto-hostilidad, proximidad-distanciamiento) y
- b) Las acciones puestas en juego para controlar y disciplinar el comportamiento infantil (control y disciplina)” (Vargas y Oros, s.f., pp. 161-162).

“A partir de las mencionadas dimensiones básicas, la propuesta inicial de Baumrind (1971) y los aportes posteriores de Macoby y Martin (1983) han dado lugar a una de las tipologías parentales más conocidas: democrático, autoritario, permisivo y negligente. Palacios y Rodrigo (1999), dan cuenta de que los hijos de padres democráticos (equilibrados en control y aceptación-afectividad) se destacan por su competencia social, por su elevada autoestima, por su capacidad de autocontrol, por su mayor autonomía y baja impulsividad. Los hijos de padres permisivos (bajos en control y altos en aceptación-

afectividad) son alegres, vitales, creativos y con autoestima elevada, sin embargo, muestran dificultades para el control de sus impulsos, la constancia en la finalización de las tareas y son más sensibles a las presiones por parte del grupo de pares”. (Vargas y Oros, s.f., p. 162)

“Resultados similares han sido informados por Alonso García y Román Sánchez (2005), quienes encontraron una relación significativa entre los estilos parentales y la autoestima de niños pequeños (3, 4 y 5 años de edad). Los autores arribaron a la conclusión de que un estilo de disciplina equilibrado en control y aceptación favorece la autoestima, mientras que un estilo autoritario (alto en control y bajo en aceptación) la debilita. En este estudio, los resultados con respecto al estilo permisivo no arrojaron datos unánimes con relación a ambos progenitores, ya que mientras la permisividad del padre parecía aumentar la autoestima de los niños, la de la madre tendía a debilitarla2. (Vargas y Oros, s.f., p. 162)

“Investigaciones más recientes han llegado conclusiones semejantes al concluir que los estilos de crianza autoritativos o equilibrados favorecen valores de autoestima más elevados que los estilos autoritarios, negligentes, indulgentes y permisivos; y que en general, de estos cuatro últimos, el estilo permisivo, es el que sigue en orden de importancia predictiva, también en sentido positivo”. (Vargas y Oros, s.f., p. 162)

“La evaluación de Coopersmith (1959) de los padres con hijos de alta autoestima, sugiere la importancia de tres condiciones generales en el hogar: Primero, los padres comunican en forma clara su aceptación del niño y el niño percibe que ellos pertenecen la familia, que son miembros valiosos; segundo, los padres comunican límites bien definidos y alta expectativa para su ejecución. El niño reconoce las expectativas de sus padres sobre su comportamiento y perciben la seguridad de sus padres en sus habilidades; y tercero, los padres respetan la individualidad del niño, permitiéndole ser diferentes y únicos sin imponerles límites generales establecidos. Contrarios a otros escritores, Coopersmith encuentra que la alta autoestima y la creatividad

son más probables que provengan de ambientes bien estructurados, con límites y exigencias que de ambientes abiertos. El sugiere que una demanda apropiada para alcanzar mayor competencia crea capacidad improvisada, que el niño reconocerá a su propio crecimiento y que tomarán un sentido más fuerte de competencia y valor en sus logros”. (Ferreira, 2003, p. 68)

“Resumiendo lo expuesto hasta aquí, se puede afirmar que “lo que los padres sienten, piensan y hacen por sus hijos y la forma en que lo comunican impacta en la manera en que los hijos se conciben a sí mismos”, (Barudy y Dantangnan, 2005, p. 87). Los progenitores reflejan cómo se sienten en presencia de un hijo y esto es internalizado por el niño, actualizándose y reforzándose en cada nueva experiencia. Dichos mensajes están íntimamente relacionados con lo que el niño sentirá por sí mismo. La parentalidad adecuada se caracteriza, entonces, por facilitar el desarrollo de una identidad sana y una autoestima elevada. Por el contrario, los padres que no poseen dichas capacidades, envían mensajes negativos a sus hijos, lo que explica un autoconcepto negativo y una baja autoestima”. (Vargas y Oros, s.f., p. 162)

### **1.3.2. La escuela y la sociedad en la construcción de la autoestima infantil**

“El contexto de la educación inicial o primaria constituye un hito de gran importancia en la vida del niño y niña, toda vez que estos niveles de Educación Básica Regular se ocupan casi la mitad de su jornada diaria. Además, sus primeras relaciones sociales no familiares se desarrollarán en este contexto. Durante sus primeros años de escolaridad, el niño aún está en proceso de formación de su autoconcepto. Es por ello que todas las valoraciones que reciba, tanto de compañeros como de profesores, serán tenidas muy en cuenta por los y las estudiantes para la construcción de dicha concepción”. (Núñez, 2016, p. 10)

Bermúdez, (2000) como se citó Núñez (2016), afirma que, “si una persona no está satisfecha con la relación social que tiene en su entorno, difícilmente lo estará consigo misma” (p. 109. Según Feldman, (2001) como se citó Núñez (2016):

“La manera en la que la sociedad ve al niño influye en cómo se ve a sí mismo”, es decir, el ser humano busca su propia integración en la sociedad, por lo que un rechazo por parte de la misma lleva a buscar los errores dentro de uno mismo”. (p. 10)

“Otro factor muy importante a tener en cuenta son las calificaciones académicas. Son el modo en que el sistema educativo evalúa las capacidades cognitivas y actitudinales de los y las estudiantes, por lo que es normal que los niños y niñas las tomen como una evaluación de su propia persona. Los niños y niñas con baja autoestima, como afirma Naranjo, (2007), “no son capaces de aislar cada aspecto del autoconcepto, por lo que una calificación negativa en una asignatura les lleva a devaluarse como personas íntegras”. (Núñez, 2016, pp. 10-11)

### **1.3.3. El niño o niña en la construcción de la autoestima**

“Las estructuras de pensamiento interno, los valores, las expectativas y las percepciones de la propia persona son un factor altamente influyente en la construcción y el desarrollo de la autoestima” (Miranda, s.f., p. 12).

“En primer lugar, el concepto de ser humano ideal que el niño haya formado en su interior, y con el cual se compara para emitir juicios sobre sí mismo, influye claramente en la naturaleza de estos juicios. Las metas y retos personales que una persona se establezca a sí misma, pueden menguar su autoestima si son excesivos e inalcanzables”. (González y Martínez, 1999 como se citó en Miranda, s.f., p. 12).

“También se tienen en cuenta todos aquellos aspectos que el niño considera necesarios para vivir en sociedad, es decir, los juicios sobre lo que es bueno o malo. En este aspecto también han influido mucho los padres y todos los adultos cercanos al niño. Estos ítems también le permiten juzgarse a sí mismo, y la benevolencia de este juicio dependerá de lo estrictos o laxos que sean las exigencias morales”. (Miranda, s.f., p. 12)

Según Naranjo (2007) como se citó en Miranda (s.f.):

“El afrontar una tarea, una relación social o cualquier problema surgido de un modo optimista y enfocado al éxito es propio de personas con una autoestima adecuada. Sin embargo, un niño con baja autoestima tiende a no creer en sus propias posibilidades y a predecir el fracaso ante cualquier nueva situación”. (pp. 12-13)

“Por otro lado, además de los factores internos, también son de gran relevancia los rasgos corporales externos. En la sociedad actual se otorga mucha importancia a la belleza y la apariencia física, lo cual influye directamente sobre los niños y su ideal de persona”. (Miranda, s.f., p. 13)

“En conclusión, los aspectos, tanto los internos al niño como los pertenecientes al contexto, van formando y determinando la autoestima del infante. Esta autoestima, a su vez será un factor de suma relevancia en el desarrollo personal, social y académico, pudiendo determinar en gran medida la vida de la persona. Sin embargo, como ya se ha comentado anteriormente, la autoestima no es algo estático y permanente, sino que existe la posibilidad de cambiarla y de educarla, precisamente desde estos contextos influyentes en los niños”. (Miranda, s.f., p. 13)

#### **1.4. Desarrollo evolutivo de la autoestima.**

(VER ANEXO 1)

#### **1.5. Ventajas de una autoestima positiva**

“La autoestima positiva se relaciona con una mejor salud mental y un mayor bienestar. Estudios realizados con niños y niñas de la infancia han encontrado relaciones significativas entre la autoestima positiva y la cooperación, las

habilidades sociales, la felicidad, la tolerancia al estrés, la flexibilidad, la adaptación a los cambios, la integración social, la capacidad de trabajar en equipo, la constancia”, Garaigordobil y Durá, (2006), la planificación de respuestas, Gázquez, Pérez, Ruiz, Miras y Vicente, (2006), la percepción y el buen manejo del estrés, Verduzco Álvarez-Icaza, (2006) y la satisfacción con la vida, Martínez-Antón, Buelga y Cava, (2007), entre otros constructos. Específicamente con relación al sentimiento de orgullo personal, se ha sugerido que puede actuar como un poderoso motivador de los comportamientos prosociales y morales, Hart y Matsuba, (2007) y fomentar la perseverancia en tareas socialmente valoradas, Williams & DeSteno, (2008), la atracción social y el ejercicio de roles dominantes en un grupo de trabajo”. (Vargas y Oros, s.f., pp. 158-159)

Molina, Baldares y Maya (1996) como se citó en Herrera (2017) describen a las personas con alta autoestima de la siguiente manera:

“Una persona con alta autoestima no se considera a sí misma como el centro del universo y mejor que los demás y las demás. Simplemente conoce muchos aspectos de sí misma, tiene autorespeto y tiene consciencia de su propio valor como persona única e irrepetible. Reconoce sus cualidades buenas, pero no se cree perfecta. Al contrario, puede ser que tenga mucha consciencia sobre sus defectos y del hecho de que ella comete errores. Pero no ve sus defectos y errores como representativos de alguien sin valor, ella los entiendo como representativos del ser humano”. (p. 7)

### **1.5.1. Características de la autoestima positiva**

“El resultado de ser una persona con una alta autoestima y responsable de su propia vida, es ser una persona actualizadora de sí misma y autotrascendente” (Naranjo, 2007, p. 15). Al respecto García (2005) como se citó en Naranjo (2007), señala las siguientes características de una persona con una alta autoestima:

- a) “Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos aun cuando encuentre fuertes oposiciones y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada” (p. 15).

- b) “Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirse culpable cuando a otras personas les parece mal lo que ha hecho” (p. 15).
- c) “No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro” (p. 16).
- d) “Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente” (p. 16).
- e) “Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica” (p. 16).
- f) “Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otras, por lo menos para aquellas con quienes se relaciona” (p. 16).
- g) “No se deja manipular por las demás personas, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente” (p. 16).
- h) “Reconoce y acepta en sí misma una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena” (p. 16).
- i) “Es capaz de disfrutar diversas actividades como estudiar, jugar, trabajar, descansar, estar con amistades” (p. 16).
- j) “Es sensible a las necesidades de otras personas, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas y reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de las demás personas” (p. 16).

### **1.6. Desventajas de una autoestima global débil**

“La autoestima global débil, o alguna de sus dimensiones, se ha visto asociada a síntomas de depresión, Bragado, Hernández LLoreda, Sánchez-Bernardos y Urbano, (2008); Abela y Skitch, (2007); Orth, Robins y Roberts, (2008), tristeza, Ciarrochi, Heaven y Davies, (2007), impulsividad, celos, desajuste emocional, Garaigordobil y Durá, (2006), diversos síntomas psicopatológicos, Garaigordobil, Pérez y Mozas, (2008), problemas escolares, Navarro, Tomás y Oliver, (2006), conductas de riesgo, Musitu, Jiménez y Murgui, (2007) y, al

igual que la autoestima exagerada, a conductas agresivas y violentas, Cava, Musitu y Murgui, (2006; Diamantopoulou, Rydell y Henricsson, (2008)”. (Vargas y Oros, s.f., p. 159)

“En opinión de Maslow, citado por Santrock (2002), “la mayoría de las personas que no han desarrollado un alto nivel de estima, nunca llegan a autorrealizarse. De Mezerville (2004), menciona que Abraham Maslow ha sido uno de los representantes de la psicología humanista quien más ha difundido el papel que la autoestima desempeña en la vida de la persona, al incluirla dentro de su conocida jerarquía de necesidades. Para Maslow existen dos tipos de necesidades de estima, la propia y aquella que proviene de las otras personas. Ambas necesidades las ubica jerárquicamente por encima de las necesidades fisiológicas, las de seguridad personal y las de amor y pertenencia”. (Naranjo, 2007, p. 2)

En conclusión, se puede aseverar que la autoestima funciona como un recurso promotor de la salud y protector de la disfuncionalidad, emergiendo como un posible factor de resiliencia. Al respecto, Kobasa (1985):

“La menciona entre las características inherentes a las personalidades resistentes, y Grotberg (2006) la posiciona como un elemento importante dentro del factor resiliente “fuerza interior” o “yo soy”. Melillo, Estamatti y Cuestas (2008) otorgan tal relevancia a la autoestima consistente que la consideran base de los demás pilares que sustentan la resiliencia en niños y adolescentes”. “Sin embargo, debe tenerse en cuenta que la autoestima no es un artilugio mágico que permite por sí solo el mejoramiento de las capacidades de los individuos y el aumento de la probabilidad de una adaptación exitosa al medio. Es necesario reconocer que a menudo, si no siempre, su intervención positiva se ve potenciada por otros factores protectores con los que interactúa, de tal manera que la dinámica entre factores es, en ocasiones, más importante que la actuación de factores aislados”. (p.)

### **1.6.1. Características de una autoestima global débil**

“La baja autoestima de estas personas proviene de sus experiencias de vida, que probablemente le impidieron sentir confianza en sí misma y funcionar de manera

autónoma” (Naranjo, 2007, p. 17). Al respecto, Coopersmith citado por Eisenberg y Patterson (1981) como se citó en Naranjo (2007) manifiesta que:

“Esas personas carecen confianza en sí mismas y son aprehensivas acerca de expresar ideas no populares e inusuales. No desean exponerse a sí mismas, enojar a otros, o realizar acciones que podrían atraer la atención. Probablemente ellas vivan en las sombras de un grupo social, escuchan en lugar de participar y prefieren la soledad de la retirada sobre el intercambio de participación”. (p. 18)

Las personas con baja autoestima, indica Molina (1996) como se citó en Naranjo (2007) “presentan características emocionales tales como: agresividad, timidez, alarde, impaciencia, competitividad, arrogancia, crítica, rebeldía ante figuras de autoridad y perfeccionismo, entre otras, las cuales propician conflictos en las relaciones interpersonales” (p. 18).

Branden citado por de Mézerville (2004) como se citó en Naranjo (2007), considera que:

“[...]una autoestima baja se correlaciona con la irracionalidad y la ceguera ante la realidad; con la rigidez, el miedo a lo nuevo y a lo desconocido; con la conformidad inadecuada o con una rebeldía poco apropiada; con estar a la defensiva, con la sumisión o el comportamiento reprimido en forma excesiva y el miedo a la hostilidad a los demás”. (p. 18)

Algunas actitudes habituales que indican una baja autoestima, de acuerdo con García (2005) como se citó en Naranjo (2007) son:

- a) “Autocrítica severa y excesiva que mantiene a la persona en un estado de insatisfacción consigo misma.
- b) Hipersensibilidad ante la crítica, por lo que se siente exageradamente atacada o herida; descarga la culpa de sus fracasos a las demás personas o a las situaciones y cultiva resentimientos persistentes contra sus críticos.
- c) Indecisión crónica, no por falta de información, sino por temor exagerado a equivocarse.
- d) Deseo innecesario por complacer, por lo que no se atreve a decir que no, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión de otras personas.

- e) Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer perfectamente todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- f) Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que siempre son objetivamente incorrectas. Exagera la magnitud de sus errores o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo”. (p. 19)
- g) “Hostilidad o irritabilidad, siempre a punto de explotar aún por asuntos de poca importancia, propia de la persona supercrítica a quien todo la disgusta, la decepciona y nada le satisface.
- h) Tendencias defensivas, un negativismo generalizado y una incompetencia hacia el gozo de vivir y de la vida misma”. (p. 19)

### **1.7. Consecuencias de la autoestima**

En este apartado se aborda la importancia de la autoestima para el bienestar integral de los niños y niñas de la primera (00-03 años), segunda (03-06 años) y tercera infancia (06-12 años), asimismo se da a conocer una tabla donde se establecen las consecuencias de la baja y alta autoestima.

#### **1.7.1. Importancia de la autoestima para el bienestar emocional**

Según Bermúdez (2000) como se citó en Miranda (s.f.), son cinco los contextos en los que influye la autoestima de un niño:

- a) “**Área escolar:** tanto en el rendimiento académico como en su capacidad de aprendizaje y su desarrollo intelectual.
- b) **Área social:** en la capacidad de adaptación e interacción en los grupos sociales, principalmente con las amistades y en la escuela.
- c) **Área familiar:** en la consciencia de pertenencia al grupo, en las relaciones afectivas y en la importancia y la atención percibida por parte de los familiares.

- d) **Área de aspecto físico:** valoración y aceptación de la apariencia y presencia física.
- e) **Área moral-ética:** en función de la propia evaluación que haga de su comportamiento, y del concepto moral que tenga de sí mismo, actuará de un modo u otro”. (p. 15)

“En conclusión, la relación entre todos estos aspectos y la autoestima es recíproca, en otras palabras, estos factores influyen en la autoestima, pero también son ámbitos de consecuencias de la misma. Esto quiere decir que todo el contexto del niño, tanto su interior como su exterior van conformando su autoestima, y esta a su vez influye en su comportamiento en la sociedad”. (Miranda, s.f., p. 15)

“Son varias las características que diferencian a personas con alta y baja autoestima, tanto a nivel social como a nivel intrapersonal. A continuación, en la Tabla 2 exponemos algunas de ellas” (Miranda, s.f., p. 15).

“Teniendo en cuenta el perfil psicológico y emocional de un niño con baja autoestima, esto puede desembocar en numerosos problemas en la edad adolescente, desde marginación social hasta drogadicción o alcoholemia (Vallés, 1998). “De ello deriva la necesidad de abordar su educación desde las edades más tempranas, para que los alumnos lleguen a la adolescencia contando con una autoestima equilibrada que les permita afrontar la inserción en la sociedad”. (Núñez, 2016, p. 17)

### **1.8. Programas para padres como alternativa para la promoción de la autoestima infantil.**

Tal como ha sido expuesto en los estudios citados anteriormente, la familia se constituye como el primer contexto de formación de la autoestima y de particular

influencia en las primeras etapas del desarrollo humano, por lo que requiere especial deferencia.

Para muchos autores existe un cierto consenso respecto de las funciones de la familia en lo que a la crianza de los hijos concierne:

- a) “Satisfacer sus necesidades físicas y materiales, es decir, asegurar su supervivencia y un crecimiento sano;
- b) Suplir sus necesidades emocionales y sociales creando el clima de afecto y apoyo emocional necesario para un desarrollo psicológico saludable;
- c) Contribuir a la satisfacción de necesidades cognitivas, aportándoles la estimulación que haga de ellos seres con capacidad para adaptarse de modo competente a su entorno físico y social; y
- d) Tomar decisiones respecto a la apertura hacia otros contextos educativos que van a compartir con la familia la tarea de educación y socialización del niño o la niña, destacándose entre estos, el ámbito escolar”. (Vargas y Oros, s.f., p. 163)

“En este sentido, algunas investigaciones afirman que una de las funciones psicológicas más importantes que atañe a la familia es la formación del autoconcepto y de la autoestima como parte de la identidad de los hijos” (Vargas y Oros, s.f., p. 163).

“Muchos estudios psicosociales han apuntado el debilitamiento de estas funciones familiares en la sociedad actual, Bringiotti, (2005); Bolivar, (2006); Walsh, (2004). Aunque cada familia es única y diferente en sus formas, capacidades y posibilidades para llevar a cabo estos objetivos, es importante destacar que “hay un límite que se coloca en el momento y situación en que se vea alterado el bienestar y crecimiento de los hijos”, Bringiotti, (2005, p.82), “es decir, cuando los derechos de los niños se encuentran vulnerados y sus necesidades insatisfechas, poniendo en riesgo su adecuado desarrollo integral (físico, emocional, cognitivo y social). Lamentablemente, el quiebre de los límites que aseguran un propicio desarrollo infantil es una realidad que ha tenido un vertiginoso aumento en los diversos escenarios familiares y sociales, generando situaciones que ponen en riesgo a muchos niños y niñas (negligencia, abandono físico y afectivo parental, maltrato físico y psicológico,

abuso sexual infantil intrafamiliar, entre otras)”. (Vargas y Oros, s.f., pp. 163-164)

“A la compleja realidad social actual, debemos sumarle las reflexiones de algunos autores que señalan que: “la familia es la única institución educativa en la que sus miembros adultos no reciben preparación específica, que mejore y optimice su competencia educativa”, Maiquéz, Rodrigo, Capote y Vermaes, (2000, p.9). En vista de esta necesidad de fortalecimiento familiar, surgen los programas de “educación para padres” o “escuelas para padres” desde un innovador enfoque terapéutico y psicoeducativo que consiste en capacitar a madres, padres y/o otros cuidadores en principios, técnicas y estrategias que les permitan mejorar sus prácticas parentales, Rey, (2006). Dichos programas se fundan en la premisa de algunos autores, Máiquez, Rodrigo, Capote y Vermaes, (2000); Rey, (2006); Sanders y Morawska, (2010) “que aseguran que los padres necesitan formarse para hacer frente a los desafíos sociales que requiere la función de crianza en la actualidad. Muchas de estas intervenciones están basadas en una perspectiva ecosistémica, con el fin de generar condiciones de apoyo social adecuadas para que los padres logren afianzar sus propios recursos y ejercer una apropiada parentalidad social”, Barudy y Dantagnan, (2005); Gracia, (1997). En las realidades sociales presentes, el entrenamiento parental es clave, ya que constituye una acción formativa de sensibilización, de orientación o de clarificación de los valores, prioridades, actitudes y prácticas de los padres en la educación de sus hijos”. (Vargas y Oros, s.f., p. 164)

“La mayoría de estas valiosas iniciativas de intervención familiar, comparten como objetivo principal prevenir y abordar una variedad de problemas socio-familiares que se encuentran asociados a la falta de apoyo y educación de los padres como principales responsables de las familias y del desarrollo emocional y social de sus hijos, Pérez Campos, (2005).” Por este motivo, los programas para padres se presentan como una alternativa de abordaje idónea para la promoción de la autoestima infantil, y de tantos otros recursos

psicológicos necesarios para un adecuado ajuste psicosocial de niños y jóvenes”. (Vargas y Oros, s.f., p. 164)

## CAPÍTULO II

### PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA MEJORA DE LA AUTOESTIMA INFANTIL (FELDMAN (2001), FELDMAN (2005), LÓPEZ (2008) Y SANTOS (2012).

“La propuesta incluye un gran número de actividades, clasificadas en seis categorías:

- a) “Soy una maravilla” (**actividades destinadas al autoconocimiento y la autoaceptación**);
- b) “Amigos, amigas, amigos” (**juegos y proyectos colaborativos, para favorecer la cooperación**);
- c) “Sentimientos y emociones” (**actividades para reconocer las emociones, aceptarlas y afrontarlas de modo positivo**);
- d) “Semejante y diferente” (**respetar y valorar la diversidad**);
- e) “Cambios” (**actividades para mejorar la adaptabilidad y la autoprotección**);
- f) “Para los padres y madres” (**Ampliación de la propuesta al entorno familiar**”). (Miranda, s.f., p. 23)

#### SESIÓN 1: ASÍ SOY YO.

**Objetivo:** Definir el autoconcepto de los niños. Evaluar de forma previa como se ven los niños a sí mismos y qué destacan de su persona.

**Recursos:** Folios y material para dibujar.

**Organización:** Individual, en las mesas de trabajo.

**“Desarrollo:** Daremos a cada niño un folio en blanco, y les pediremos que dibujen en lo más alto las palabras **“ASÍ SOY YO”**. En dicho folio podrán dibujar todo lo que crean oportuno para definirse a sí mismos. De este modo podrán dibujarse a ellos mismos, pero también elementos y palabras que definan otros aspectos importantes de su personalidad (por ejemplo, un balón de fútbol, unos cuadernos, o unas notas musicales).

Cuando hayan terminado su retrato, cada niño tendrá unos segundos para salir a la pizarra y explicar su dibujo, y la razón de cada uno de sus componentes.

Esta actividad ayudará a los niños a presentarse a la clase, tanto si ya se conocen de años pasados como si acaban de llegar al colegio. Se favorece un buen clima de aula, y un buen comienzo de las relaciones sociales partiendo del conocimiento mutuo”. (Miranda, s.f., p. 30)

**“Importante:** Poner énfasis en la necesidad de que todos escuchemos a cada niño, para que sienta que lo cuenta es importante y valorado por el maestro y sus compañeros” (Miranda, s.f., p. 30).

## **SESIÓN 2: ASÍ ME VEO YO, ASÍ ME VEN LOS DEMÁS.**

**“Objetivo:** Definirse a uno mismo con palabras, e identificar como propia una definición hecha por otra persona” (Miranda, s.f., p. 30).

**“Recursos:** Papel y material para escribir” (Miranda, s.f., p. 30).

**“Organización:** Individual, en las mesas de trabajo. Gran grupo” (Miranda, s.f., p. 30).

**“Desarrollo:** Cada niño preparará un breve texto (3 o 4 líneas) hablando de sí mismo, se describirá tanto física como mentalmente, y apuntará su nombre al final. Una vez todos los niños lo hayan terminado, la maestra recogerá los papeles y empezará a leerlos en alto uno a uno. La tarea de los alumnos será averiguar a quién pertenece cada definición (Obviamente el autor del texto deberá permanecer callado)”. (Miranda, s.f., p. 30)

“A continuación, los niños volverán a escribir una definición, esta vez de un compañero. Para ello, la maestra repartirá los nombres de los niños escritos en papelitos, uno a cada uno. Al finalizar esta segunda descripción, la maestra pedirá que le entreguen los papeles y todos los niños se pongan de pie. Leerá una descripción, y los niños que consideren que no se refiere a ellos, se podrán sentar. Al final se consensuará a cuál de los alumnos que quedaron en pie pertenece el texto”. (Miranda, s.f., p. 31)

“Por último, se repartirán ambas descripciones a cada estudiante (la que fue escrita por él mismo y la que fue escrita por un compañero) y se reflexionará sobre las diferencias existentes entre ambas, si las hubo” (Miranda, s.f., p. 31).

### **SESIÓN 3: NUESTRA CLASE.**

**“Objetivo:** Crear sentimiento de grupo entre los niños. Concienciar de la necesidad de todos y cada uno de ellos dentro de la clase” (Miranda, s.f., p. 31).

**“Recursos:** Fotos tipo carné que los niños habrán traído de casa. Piezas de puzle grandes, de diferentes tamaños. Material para dibujar” (Miranda, s.f., p. 31).

**“Organización:** Primero de forma individual, luego en gran grupo, siempre dentro del aula” (Miranda, s.f., p. 31).

**“Desarrollo:** Se dará a cada niño una pieza de puzle, para que la pueda decorar a su gusto, y pegue su foto tipo carnet en ella. Cuando todos hayan terminado, compondrán el puzle y lo pegarán en la pared del aula. Reflexionaremos sobre la importancia de cada uno dentro del grupo, ya que, si cualquiera de ellos no colabora, el “puzle” queda incompleto”. (Miranda, s.f., p. 32)

**“Objetivo:** Favorecer el buen ambiente en el aula, así como unas relaciones entre compañeros basadas en el respeto y el afecto” (Miranda, s.f., p. 32).

**“Recursos:** Pliego de cartulina de color” (Miranda, s.f., p. 32).

**“Organización:** En gran grupo, dentro del aula. Desarrollo: En una cartulina grande, escribiremos la cabecera de “¡GRACIAS!”. En ella, los niños podrán escribir siempre que quieran algún mensaje de agradecimiento hacia sus compañeros o hacia algún profesor. De vez en cuando dedicaremos algunos minutos a leer los mensajes escritos en alto y reflexionar sobre la importancia de valorar lo que otros hacen por nosotros”. (Miranda, s.f., p. 32)

#### **SESIÓN 4: MI CAJA ESPECIAL.**

**“Objetivo:** Dar la oportunidad a los niños de que expresen su mundo interior: sus gustos, pensamientos, personalidad; así como su historia y su contexto. Reafirmar el autoconcepto y la identidad” (Miranda, s.f., p. 32).

**“Recursos:** Cajas grandes de cartón, que los niños habrán traído de sus casas” (Miranda, s.f., p. 32).

**“Material decorativo:** Témperas, pegatinas, rotuladores, tampones de estampar, cintas de colores, brillantina, etc. Tanto los niños como la maestra aportarán estos materiales, que serán compartidos por todos” (Miranda, s.f., p. 32).

**“Organización:** En pequeños grupos (cuatro niños). En las mesas de trabajo, las cuales se juntarán de cuatro en cuatro para formar una superficie de trabajo mayor. Los materiales serán compartidos solamente entre estos grupos de cuatro, para evitar demasiado revuelo en la sesión”. (Miranda, s.f., p. 32)

**“Desarrollo:** Después de organizar la clase, cada niño pintará y decorará su caja como desee. Además, añadirá su nombre con letras grandes en un frontal de la misma. Posteriormente, se llevarán a casa la caja y les pedirán a sus padres y familiares que les ayuden a llenarla con elementos importantes en su vida (una foto de bebé, un juguete especial, un libro preferido, etc.). En las sesiones siguientes, los niños irán “presentando” su caja uno a uno, sacando cada objeto y explicando al resto de la clase por qué lo metió”. (Miranda, s.f., pp. 32-33)

**“Importante:** Esto ocupará 15 minutos de las próximas cuatro sesiones. Por lo tanto, dichas sesiones quedarán temporalizadas para únicamente los 15 minutos restantes” (Miranda, s.f., p. 33).

### **SESIÓN 5: MOMENTOS FELICES Y TRISTES.**

**“Objetivo:** Expresar sentimientos de forma abierta y equilibrada, dándoles la importancia que merecen” (Miranda, s.f., p. 33).

**“Recursos:** Ficha con cara feliz y cara triste. Material para escribir” (Miranda, s.f., p. 33).

**“Organización:** De forma individual, luego en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 33).

**“Desarrollo:** Repartiremos una ficha a cada niño, y dentro de la cara feliz pondrán todas las cosas que les hacen sentir bien (por ejemplo, jugar con sus amigos, sacar buenas notas...). Así mismo, dentro de la cara triste aquellas situaciones que les hacen sentir mal (enfadarse con un amigo, que se rían de ellos...).” (Miranda, s.f., p. 33)

“Cuando hayan terminado, los alumnos que quieran podrán compartir algunas de sus ideas, y las comentaremos en clase” (Miranda, s.f., p. 33).

**“Importante:** No debemos obligar a los niños a compartir lo que han escrito (puede que el ejercicio les haya servido para plasmar algo personal). Simplemente los animaremos a participar” (Miranda, s.f., p. 34).

### **SESIÓN 6: IGUALES PERO DIFERENTES.**

**“Objetivo:** Afirmar la identidad del niño, así como las diferencias y similitudes con otros compañeros, y valorarlas positivamente” (Miranda, s.f., p. 34).

**“Recursos:** Ficha con preguntas personales” (Miranda, s.f., p. 34) (Anexo 1).

**“Organización:** Primero de forma individual, luego en parejas o pequeños grupos” (Miranda, s.f., p. 34).

**“Desarrollo:** A cada niño se le dará una cuartilla de papel con preguntas personales, las cuales deben contestar (por ejemplo, color de ojos, deporte favorito...). A continuación, deben ir por la clase buscando un compañero que haya respondido lo mismo que ellos en alguna de las preguntas, el cual les firmará dicha respuesta como prueba”. (Miranda, s.f., p. 34)

### **SESIÓN 7: MI NOMBRE HABLA DE MÍ.**

**“Objetivo:** Reforzar el sentimiento de identidad, en este caso relacionado con el nombre. Reflexionar acerca de las cualidades positivas” (Miranda, s.f., p. 35).

**“Recursos:** Papel y material para escribir” (Miranda, s.f., p. 35).

**“Organización:** Individual, en las mesas de trabajo” (Miranda, s.f., p. 35).

**“Desarrollo:** Cada niño escribirá su nombre en vertical y con mayúsculas en un trozo de papel. A continuación, a partir de cada letra, escribirá una palabra positiva. “(Por ejemplo: SARA. Sonriente, amiga, rápida, amable” (Miranda, s.f., p. 35).

Por otro lado, se les animará a construir rimas con su nombre o apellido. (Por ejemplo: Mi nombre es Fernando y siempre voy cantando”) (Miranda, s.f., p. 35).

“Finalmente, se les dará la libertad de compartir sus creaciones con toda la clase” (Miranda, s.f., p. 35).

### **SESIÓN 8: MURAL “LA MEJOR CLASE”.**

**“Objetivo:** Recordar lo que hemos aprendido durante esta propuesta. Recopilar todas las enseñanzas, y reflexionar sobre si nos han servido en nuestra vida o han hecho que cambiáramos nuestra opinión” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Recursos:** Papel continuo. Papeles de colores. Material para dibujar y escribir. Elementos decorativos que los niños habrán traído de casa” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Organización:** En gran grupo” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Desarrollo:** En primer lugar, la maestra anunciará que esta será la última sesión, por lo que la dedicaremos a recordar todo lo aprendido. Cada niño, por turnos, irá diciendo una cosa nueva que ha aprendido en estas sesiones, lo que más le ha gustado o lo que considera más importante”. (Miranda, s.f., p. 49)

“A continuación, daremos a cada uno una cuartilla de color para que escriban en ella algo importante que han aprendido en estas sesiones” (Miranda, s.f., p. 49).

“Estos papeles serán pegados en un mural común, el cual se titulará “La mejor clase”. Podrán decorar el mural como deseen, añadir mensajes, dibujos, etc. Por último, escribirán los nombres de toda la clase, y colgarán el mural en un lugar bien visible en el colegio”. (Miranda, s.f., p. 49)

“Sería ideal que todas las clases hayan participado en programas parecidos, a final de curso se puedan exponer todos los murales, para que todos los alumnos puedan ver los valores que ha aprendido cada grupo” (Miranda, s.f., p. 49).

## **SESIÓN 9: MI ESFUERZO VALE MUCHO.**

**“Objetivo:** Recordar a los niños que no solo cuenta la nota numérica del boletín de notas sino sobre todo el esfuerzo que realizaron para la asignatura” (Miranda, s.f., p. 37).

**“Recursos:** Papel y material para escribir” (Miranda, s.f., p. 37).

**“Organización:** Individual, en las mesas de trabajo” (Miranda, s.f., p. 37).

**“Desarrollo:** Cada niño hará su propio boletín de notas, para lo cual en una cuartilla escribirá las asignaturas que ha cursado este trimestre. Al lado de cada una escribirá la nota (del 1 al 10) que cree que obtendrá. Los boletines reales no se entregarán hasta una semana después, pero cada niño conoce las notas de

sus exámenes parciales, así que serán capaces de estimar sus calificaciones finales”. (Miranda, s.f., p. 37)

“Además, al lado de cada puntuación, añadirán un número de 1 al 10 que califique su esfuerzo en cada una de las asignaturas. Esta última nota la rodearán y decorarán en colores, para que quede clara su supremacía sobre la otra.

En grupo, reflexionaremos sobre el esfuerzo que dedican a cada asignatura y si podrían mejorar sus notas si se esforzaran más”. (Miranda, s.f., p. 37)

**“Objetivo:** Fomentar las buenas relaciones entre los niños. Recordar a cada uno lo especial que es para sus compañeros, así como reforzar los buenos pensamientos” (Miranda, s.f., p. 37).

**“Recursos:** Ficha de teléfonos móviles” (Miranda, s.f., p. 37) (Anexo 1.3).

**“Organización:** Individual, luego en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 37).

**“Desarrollo:** Repartiremos a cada niño un trozo de papel con la silueta de un teléfono móvil. En la zona reservada al destinatario escribirán su propio nombre. A continuación, la maestra recogerá todos los móviles y los volverá a repartir al azar. De este modo, cada alumno tendrá la oportunidad de escribirle un mensaje al niño que escribió su nombre. Este mensaje puede ser una felicitación navideña, un recordatorio de alguna cualidad positiva o simplemente un texto amable y cariñoso. En todo momento, deben escribir cosas positivas”. (Miranda, s.f., p. 38)

## **SESIÓN 10: SOY ÚNICO E IRREPETIBLE.**

**“Objetivo:** Recordar a los niños lo valiosos que son, simplemente por ser ellos mismos. Fomentar el aceptarse cada uno tal y como es. Aceptar las virtudes y defectos. Aprenden a valorar y mostrar las virtudes mientras escondemos e intentamos mejorar los defectos”. (Miranda, s.f., p. 38)

**“Recursos:** Cuento “El mayor tesoro del mundo”. Caja con un espejo en el fondo. Fichas “Lo mejor de mí”. (Miranda, s.f., p. 38)

**“Organización:** En gran grupo, luego de forma individual” (Miranda, s.f., p. 38).

**“Desarrollo:** Antes de la sesión, la maestra habrá preparado (en caso de no tenerla ya comprada), una caja con un espejo en el fondo. En primer lugar, la profesora les contará un cuento a los niños, titulado “El mayor tesoro del mundo”, el cual acaba con la conclusión de que lo más maravilloso en el mundo se encuentra en una caja, pero no revela su contenido. Llegados a este punto, la maestra muestra la caja cerrada a los niños (previamente preparada), y les advierte que es la caja del cuento, y que dentro encontrarán el mayor tesoro del mundo. Cada niño, por turnos, irá abriendo la caja, mirando en su interior y volviéndola a cerrar. Al hacerlo, se encontrará con su propio reflejo. Además, ninguno podrá revelar el contenido de la caja hasta que todos hayan tenido la oportunidad de descubrirlo por ellos mismos. Una vez terminada la ronda, comentaremos en gran grupo por qué cada uno de nosotros es el tesoro más grande del mundo”. (Miranda, s.f., p. 38)

“A continuación, repartiremos a cada alumno una ficha dividida en dos partes. En una de ellas aparece un niño feliz, con el título “Lo mejor de mí”, y en la otra un niño triste con el título “Lo que puedo mejorar”. Animaremos a los niños a que reflexionen sobre sus virtudes y defectos, y a que los plasmen en el papel. Una vez terminado, doblarán la ficha por la mitad, y las pegaremos en un corcho o mural, de modo que las virtudes queden a la vista y los defectos escondidos contra la pared”. (Miranda, s.f., p. 39)

“Reflexionaremos en conjunto sobre no olvidar nunca nuestras cosas buenas, e intentar olvidar o mejorar las malas” (Miranda, s.f., p. 39).

### **SESIÓN 11: EL ENTIERRO DEL NO PUEDO.**

**“Objetivo:** Fomentar en los niños la fe en sus propias capacidades, y el deseo de superación” (Miranda, s.f., p. 39).

**“Recursos:** Papel y material para escribir. Dos cajas, una de ellas metálica y apta para quemar algo dentro, y otra decorada y con un gran “2014” en su frontal” (Miranda, s.f., p. 39).

**“Organización:** Individual y en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 39).

**“Desarrollo:** La profesora comenzará por escribir en la pizarra frases como “no puedo hacerlo”, “no soy capaz”, “no sabré hacerlo”, etc. Es decir, frases que decimos ante situaciones difíciles y que nos llevan a rendirnos. Comentaremos con los niños estas y otras frases similares, y sobre si nos ayudan o resultan un estorbo”. (Miranda, s.f., p. 40)

“Llegados a la conclusión de que estas frases solo consiguen desanimarnos, nos proponemos no volver a utilizarlas ante nuestros problemas. Además, destacaremos la importancia de enfrentarnos a problemas adecuados a nuestras capacidades” (Miranda, s.f., p. 40).

“Por otro lado, y estando todavía tan reciente el nuevo año, haremos también una lista de propósitos para cumplir, basándonos en nuestras posibilidades y creyendo en nosotros mismos” (Miranda, s.f., p. 40).

“Cada niño escribirá en dos trozos de papel diferentes su propósito de año nuevo y una frase de desánimo. (Por ejemplo: “Me portaré mejor en clase” y “No puedo sacar mejores notas”). Los propósitos los meteremos en la caja decorada, y los “no puedo” en la caja metálica”. (Miranda, s.f., p. 40)

“La caja decorada la cerraremos y la guardaremos en algún lugar bien expuesto en la clase. Por otro lado, saldremos al patio y quemaremos dentro de la caja metálica todas las frases negativas, simbolizando su olvido” (Miranda, s.f., p. 40).

## **SESIÓN 12: LO HE SUPERADO Y LO SUPERARÉ.**

**“Objetivo:** Centrarse en los propios logros en vez de en los fracasos. Además, a partir de estos logros, creer en la capacidad de superar nuevos retos. Comprender los errores como un paso más cerca del éxito” (Miranda, s.f., p. 40).

**“Recursos:** Cuento “Tamy, la pastelera”. Fichas de “La escalera”. Material para escribir y dibujar” (Miranda, s.f., p. 40).

**“Organización:** Primero en gran grupo, luego en parejas” (Miranda, s.f., p. 40).

**“Desarrollo:** En primer lugar, la maestra contará el cuento de “Tamy, la pastelera”. A continuación, entre toda la clase se debatirá la importancia de aceptar tanto los triunfos como los fracasos como pasos que nos acercan al éxito” (Miranda, s.f., p. 40).

“A continuación, dirigiremos el debate hacia nuestros propios triunfos y fracasos, y cómo nos han ayudado a llegar hasta donde estamos ahora” (Miranda, s.f., p. 41).

“Seguidamente, repartiremos una ficha de “La escalera” a cada alumno. En ella aparece un personaje a medio camino de una escalera. En los escalones inferiores pediremos a los niños que escriban aquello que ya han conseguido. Y en los escalones superiores los aspectos que van a superar en breve, confiando en sus propias habilidades”. (Miranda, s.f., p. 41)

“Por último, daremos la oportunidad de exponer ante la clase las escaleras personales, únicamente a los niños que deseen mostrarlo” (Miranda, s.f., p. 41).

### **SESIÓN 13: LA RED DE AMISTAD DE LA CLASE.**

**“Objetivo:** Fomentar en los niños la expresión abierta y desinhibida de sentimientos y pensamientos propios. Desarrollar actitudes de escucha atenta, y de respeto hacia los compañeros” (Miranda, s.f., p. 41).

**“Recursos:** Un ovillo de lana o de cordón” (Miranda, s.f., p. 41).

**“Organización:** Nos sentaremos todos en círculo, en el suelo, para poder hablar mirándonos unos a otros” (Miranda, s.f., p. 41).

**“Desarrollo:** La profesora comenzará por atarse un extremo del cordón a su dedo, y explicará que, a partir de ese momento, la única persona que puede hablar será aquel que sostenga el ovillo. Cada uno, en su turno, podrá compartir

un secreto, una experiencia, o algo especial que quiera compartir con la clase. Será importante que incluya en el relato cómo le hizo sentir dicha situación”. (Miranda, s.f., p. 41)

“Cuando cada alumno acabe su relato, sujetará un pedazo de cuerda y lanzará el ovillo a otro compañero. De este modo, iremos formando entre nosotros una red donde todos los niños son necesarios, y todos han sido escuchados y valorados del mismo modo”. (Miranda, s.f., p. 42)

**“Importante:** debemos fomentar, sobre todo, el respetar los sentimientos de los demás y jamás reírnos de ellos, pues puede provocar que esos niños no vuelvan a sentirse con ánimos a compartir sus pensamientos” (Miranda, s.f., p. 42).

#### **SESIÓN 14: ¿QUÉ APOSTAMOS?**

**“Objetivo:** Valorar y destacar las propias habilidades y capacidades” (Miranda, s.f., p. 42).

**“Recursos:** Dependen del desarrollo de la actividad” (Miranda, s.f., p. 42).

**“Organización:** En el aula, de modo que haya un escenario (zona de la pizarra), y todos los niños lo puedan ver” (Miranda, s.f., p. 42).

**“Desarrollo:** Anunciaremos a los alumnos que vamos a llevar a cabo un show de talentos, y que los participantes van a ser ellos mismos. Les pediremos que piensen en una habilidad especial que crean que va a impresionar a sus compañeros, y que puedan demostrar en ese momento. (Por ejemplo, dar muchos toques con un balón de goma, hacer multiplicaciones muy rápido, hacer el pino sin ayuda, etc.)

Luego por turnos, saldrán al “escenario” y harán su pequeña representación. Será muy importante el hecho de aplaudir enérgicamente a todos y cada uno de los niños, para que tomen conciencia de su valía”. (Miranda, s.f., p. 42)

### **SESIÓN 15: EL ÁRBOL DE MIS LOGROS.**

**“Objetivo:** Fomentar en los niños la consciencia de sus buenas cualidades, reforzar la relación entre estas cualidades y sus triunfos” (Miranda, s.f., p. 42).

**“Recursos:** Folios y material para escribir y dibujar” (Miranda, s.f., p. 42).

**“Organización:** Individual y en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 42).

**“Desarrollo:** En un folio, cada niño dibujará un árbol, con raíces, tronco y frutos. A continuación, en la zona de las raíces, cada niño podrá incluir las cualidades y habilidades que tiene; en la zona del tronco, escribirá las buenas acciones; y en los frutos, los logros que ha conseguido a través de esas cualidades y buenas acciones. (Por ejemplo: soy inteligente – estudio mucho – he sacado un 10 en el examen)”. (Miranda, s.f., pp. 42-43)

“A continuación, los niños que lo deseen podrán compartir su árbol con los demás” (Miranda, s.f., p. 43).

### **SESIÓN 16: EL HOMBRE Y LA MUJER IDEAL.**

**“Objetivo:** Tomar conciencia de la idea de ser humano que tenemos, y por tanto de nuestro objetivo. (Ideales físicos, psicológicos y sociales). Reflexionar sobre el estereotipo que nos transmiten los medios de comunicación. Ajustar nuestro ideal a unas pautas razonables”. (Miranda, s.f., p. 43)

**“Recursos:** Anuncios donde aparezca un ideal de ser humano (basado en la apariencia física, la riqueza, estar muy delgado, etc.) Pliegos de cartulina y material para dibujar” (Miranda, s.f., p. 43).

**“Organización:** En dos grupos: uno de chicas y otro de chicos. Se realizará en el aula multiusos, que dispone de pizarra digital y de espacio para trabajar” (Miranda, s.f., p. 43).

**“Desarrollo:** En primer lugar, mostraremos a los niños varios anuncios, y les preguntaremos cómo son los hombres y mujeres que aparecen en ellos (ricos, delgados, activos, famosos...). Reflexionaremos sobre si nosotros queremos llegar a ser así, y de qué aspectos influyen en lo que queremos llegar a ser (lo que nos educan nuestros padres, lo que vemos en la tele...).” (Miranda, s.f., p. 43)

“Una vez llegado a la conclusión de no dejarnos influenciar por los medios de comunicación en nuestras expectativas de vida, plasmaremos estas en una cartulina.

Para ello, dividiremos la clase en dos grupos, uno de chicas y otro de chicos. Ambos tendrán una cartulina dividida a la mitad, y deberán dibujar en cada mitad cómo debería ser un hombre ideal y cómo debería ser una mujer ideal. Por último, daremos tiempo a que cada grupo exprese lo que ha dibujado y por qué lo hizo, y abriremos el debate para analizar las diferencias entre ambas cartulinas”. (Miranda, s.f., p. 43)

### **SESIÓN 17: CARTA A MI FAMILIA.**

**“Objetivo:** Apreciar las personas que me quieren tal como soy” (Miranda, s.f., p. 44).

**“Recursos:** Papel de carta y sobres. Material para escribir y dibujar” (Miranda, s.f., p. 44).

**“Organización:** Individual, en las mesas de trabajo” (Miranda, s.f., p. 44).

**“Desarrollo:** Pediremos a los niños que imaginen que han viajado a un país muy lejano, y que llevan 5 años sin ver a su familia y que van a estar 5 años más. Ante esto, les pedimos que escriban una carta para sus familiares, expresando lo mucho que les echan de menos, y todo lo que sienten por ellos”. (Miranda, s.f., p. 44)

“Los niños que quieran pueden compartirla en clase, pero luego todos decorarán el papel de carta y el sobre y lo llevarán a sus padres para leerlo juntos en casa” (Miranda, s.f., p. 44).

### **SESIÓN 18: CUIDAMOS NUESTRAS PALABRAS.**

**“Objetivo:** Ser conscientes de la influencia de los niños sobre los demás. Modificar las conductas que puedan herir a los compañeros y amigos” (Miranda, s.f., p. 44).

**“Recursos:** Fichas con frases hirientes. Material para escribir” (Miranda, s.f., p. 44).

**“Organización:** En parejas y luego en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 44).

**“Desarrollo:** En primer lugar, pediremos a dos niños que hagan una representación simple con un guion dado. En ella, uno de ellos comete algún fallo, y el otro lo aprovecha para reírse de él. (Ejemplo: Uno dibuja algo en la pizarra, como si se lo hubiera mandado la profesora, y el otro se ríe y le critica porque lo hizo muy mal). Reflexionamos entre toda la clase cómo debió sentirse el niño ante estos comentarios, y contamos algunas experiencias similares en las que nos hayamos sentido heridos por las frases de otros compañeros”. (Miranda, s.f., p. 44)

“A continuación, agrupamos a los niños por parejas, y a cada una le damos dos o tres fichas. En cada ficha aparece una frase similar a las comentadas (“No me extraña que estés tan gordo, con todas las golosinas que comes...” o “¡Has suspendido el examen! Con lo fácil que era, que tonto eres” ...).” (Miranda, s.f., p. 44)

“Pediremos a los niños que reformulen las frases para que, ante la misma situación, no herir a los compañeros. Por ejemplo “Estarías más sano si

comieras menos chuches y más fruta”, “Has suspendido el examen, para el próximo podríamos estudiar juntos y así te ayudo”. (Miranda, s.f., p. 44)

### **SESIÓN 19: PERSONAS QUE ME QUIEREN.**

**“Objetivo:** Tomar conciencia de todas las personas que me aceptan y me quieren” (Miranda, s.f., p. 45).

**“Recursos:** Ficha con un marco de foto, cartulina roja y material para escribir y dibujar. Elementos decorativos (purpurina, pegatinas, etc.) que los niños habrán traído de casa” (Miranda, s.f., p. 45).

**“Organización:** En grupos de cuatro, juntando las mesas de trabajo” (Miranda, s.f., p. 45).

**“Desarrollo:** A cada niño se le dará una ficha y un trozo de cartulina. En el trozo de cartulina roja recortará un corazón pequeño y escribirá “personas que me quieren”. Lo pegará en el centro de su ficha” (Miranda, s.f., p. 45).

“En el resto de la ficha, podrá dibujar y escribir los nombres de todas las personas de su entorno que le quieren. Si se queda sin espacio, podrá solo escribir el nombre” (Miranda, s.f., p. 45).

“Por último, dejaremos un tiempo para que aquellos niños que quieran puedan explicar al resto de la clase su marco” (Miranda, s.f., p. 46).

### **SESIÓN 20: ESTRELLAS PARA TODOS.**

**“Objetivo:** Fomentar las buenas relaciones en la clase. Recordar a los compañeros sus virtudes” (Miranda, s.f., p. 46).

**“Recursos:** Ficha “Estrellas para todos”. Material para escribir” (Miranda, s.f., p. 46).

**“Organización:** Individual, en las mesas de trabajo” (Miranda, s.f., p. 46).

**“Desarrollo:** Cada niño tendrá una ficha de las mencionadas, y en la parte superior escribirá su nombre. A continuación, a la señal de la profesora, todos pasarán la ficha al compañero de al lado. En este momento cada niño debe rellenar una estrella con un comentario positivo acerca del propietario de la hoja. De nuevo, a la señal de la maestra, todos pasarán la hoja y escribirán una nueva estrella en la ficha que les llegue. De este modo, cuando cada papel vuelva a su dueño, las estrellas estarán llenas de buenos deseos, aspectos positivos y palabras bonitas hacia cada niño”. (Miranda, s.f., p. 46)

### **SESIÓN 21: CUENTO “NO PUEDO”.**

**“Objetivo:** Apoyarse en los demás cuando nos enfrentamos a un problema demasiado difícil. Aprender a enfocar los obstáculos como un reto a superar, sin desanimarse ni rendirse. Fomentar la ayuda entre compañeros” (Miranda, s.f., p. 47).

**“Recursos:** Papel y material para escribir. Cuento “No puedo”. Organización: Individual, en las mesas de trabajo” (Miranda, s.f., p. 47).

**“Desarrollo:** En primer lugar, la maestra contará el cuento, y posteriormente lo debatiremos para llegar a la conclusión de que pedir ayuda también es una manera válida de solucionar un problema, cuando solos no somos capaces de hacerlo” (Miranda, s.f., p. 47).

“A continuación, cada niño escribirá en un pedazo de papel un problema al que se han enfrentado recientemente y aún no sabe cómo solucionar (no pondrá el nombre para que sea anónimo). Cuando lo hayan hecho, la maestra los recogerá y los volverá a repartir aleatoriamente”. (Miranda, s.f., p. 47)

“De este modo, a cada niño le llegará un problema de otra persona, y escribirá justo debajo una solución para el mismo, ofreciendo su ayuda, y lo pondrá en común” (Miranda, s.f., p. 47).

## SESIÓN 22: COPAS Y MEDALLAS.

**“Objetivo:** Centrarse en los logros y cualidades positivas tanto propias como de los compañeros” (Miranda, s.f., p. 47).

**“Recursos:** Folios amarillos, ficha de medallas y copa. Material para dibujar y escribir. Cinta de regalo fina y brillante” (Miranda, s.f., p. 47).

**“Organización:** Individual y en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 47).

**“Desarrollo:** Cada niño recibirá una ficha de copa y medallas impresa en papel amarillo. En la copa podrá poner su nombre, así como una cualidad positiva que le haga único en la clase, en cualquier aspecto. (Por ejemplo, “Copa de campeón a Alberto, por saber dibujar muy bien”).” (Miranda, s.f., p. 47)

“A continuación, las medallas irán destinadas para los tres siguientes niños por orden de lista (colgaremos la lista de clase en la pizarra). Cada alumno decidirá por qué se merecen esos niños una medalla de oro, y escribirá el nombre y la cualidad. (Por ejemplo “Medalla de oro a Belén, por ayudar siempre a los compañeros”). Añadirán una cinta para colgarla al cuello”. (Miranda, s.f., pp. 47-48)

“Por último, cada niño irá saliendo al frente de la clase, la maestra le entregará su copa (y todos aplaudirán), y tres de los niños de la clase le entregarán sus medallas, anunciando los méritos en alto” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Importante:** Debemos evitar comentarios en contra de lo que cada uno ponga en su copa. Los alumnos podrán dar ideas a aquellos que no sepan qué poner en su copa, pero nunca ver algo escrito y negar que sea cierto” (Miranda, s.f., p. 48).

## SESIÓN 23: MI FUTURO.

**“Objetivo:** Ser conscientes de las propias capacidades, y a partir de ellas reflexionar sobre nuestras metas en la vida” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Recursos:** Folios y material para dibujar” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Organización:** Individual y en gran grupo” (Miranda, s.f., p. 48).

**“Desarrollo:** Cada niño dibujará en un folio lo que quiere ser de mayor. Luego, por turnos, lo expondrán al resto de la clase, explicando y defendiendo que con sus capacidades lo van a lograr” (Miranda, s.f., p. 48).

“Por último, pegaremos estos dibujos en un mural o en cualquier lugar visible de la clase, con el título: “Personas importantes que saldrán de este colegio” (Miranda, s.f., p. 48).

## **CONCLUSIONES**

**PRIMERA.**- Se ha identificado los factores que contribuyen en la construcción de la autoestima de los niños y niñas en la infancia: familia, escuela y la sociedad.

**SEGUNDA.**- Se afirma categóricamente que la familia es una pieza clave para el origen de la autoestima, pues cuanto más positivamente se percibe la relación familiar más elevada tiende a ser la autoestima de los hijos, Peixoto, (2004); en lo concerniente a la escuela y sociedad, según Feldman, (2001, p. 20), “La manera en la que la sociedad ve al niño influye en cómo se ve a sí mismo”, es decir, el ser humano busca su propia integración en la sociedad, por lo que un rechazo por parte de la misma lleva a buscar los errores dentro de uno mismo.

**TERCERA.**- La propuesta didáctica de actividades, juegos y proyectos colaborativos para mejorar la autoestima infantil es fundamental, pues de esta amera las docentes de Educación Inicial y Primaria tienen una herramienta para consolidar la autoestima positiva de los niños y niñas de la primera, segunda y tercera infancia respectivamente.

### **REFERENCIAS CITADAS**

- Autoestima y Factores. (2016). *Definición de autoconcepto y autoestima*. Obtenido de <http://autoestimayfactores.blogspot.com/2016/08/definicion-de-autoconcepto-y-autoestima.html>
- Contreras, T. (2017). *Los estilos de crianza y su relación en la autoestima de los niños y niñas de tercer y cuartos año de E.G.B. de la Escuela Fiscal Humberto Vacas Gómez, en la ciudad de Quito en el periodo 2016-2017*. Obtenido de Universidad Central del Ecuador: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/13333/1/T-UCE-0010-019-2017.pdf>
- Costa, M. (2019). *La salud mental: Instrumentos para su evaluación*. Obtenido de Universidad Nacional de Tumbes: <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/UNITUMBES/1063/Miriam%20Costa%20Benites.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ferreira, A. (2003). Sistema de interacción familiar asociado a la autoestima de menores en situación de abandono moral o prostitución. *Revista de Investigación en Psicología*, 6(2).
- Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Revista Límite*, 11, 82-95.
- Herrera, F. (2017). *Análisis comparativo del perfil psicoeducativo en el área de autoestima de estudiantes matriculados en la carrera de medicina veterinaria durante el periodo 2012 a 2014*. Obtenido de <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2017/fvh565a/doc/fvh565a.pdf>
- Miranda, A. (s.f.). *Propuesta didáctica para la mejora de la Autoestima en Educación Primaria*. Obtenido de Universidad de Valladolid: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/5093/TFG-B.423.pdf;jsessionid=D91927CC53FE5A07C1B8ACC861EFCA70?sequence=1>
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *The Educational Process*, 7(3).

- Núñez, M. (2016). *La autoestima en educación infantil*. Obtenido de Universidad de la Laguna: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2708/La+autoestima+en+Educacion+Infantil.pdf;jsessionid=6F5AA8627FB8B71B9169C3BF0ACCE1F6?sequence=1>
- Vargas, J., & Oros, L. (s.f.). Parentalidad y autoestima de los hijos: una revisión sobre la importancia del fortalecimiento familiar para el desarrollo infantil positivo. *Revistas Apubtes Universitarios, 1*.

## ANEXOS

## ANEXO 1

**Tabla 1: Etapas del desarrollo del autoconcepto y la autoestima. Elaboración a partir de Mruk (1998) y Garma y Elexpuru (1999)**

<b>Edad del niño</b>	<b>Aspectos relevantes de su autoconcepto y su autoestima</b>
De 0 a 3 años	El niño comienza a explorar su propio cuerpo, con el fin de determinar el límite entre él y el exterior. En estos dos años de vida, tiene lugar la configuración de la imagen personal, así como algunos aspectos de la identidad (pertenencia a un sexo, a una familia...). El factor externo que determina la autoestima en esta etapa son los padres, a través de muestras de cuidado y cariño.
De 3 a 6 años (Segundo ciclo de Educación Infantil)	Establece diferencias entre sí mismo y los demás, lo que refuerza su autoconcepto. Además, presenta actitudes de oposición (la “etapa del no”), con la intención de reafirmar la propia personalidad. El infante comienza a poder juzgar sus acciones. Esto proviene en mayor parte de lo que los adultos le dicen que está bien o que está mal.
De 6 a 8 años (Primer ciclo de Educación Primaria)	Comienza a desarrollar su autoconcepto en diferentes marcos, en especial el escolar, y a integrarlas de manera global. Mediante la comparación con sus iguales, va estableciendo juicios sobre sus propias capacidades.
De 8 a 12 años (Segundo y tercer ciclo de Educación Primaria)	El autoconcepto se basa casi en su totalidad en la comparación social, así como los juicios emitidos sobre el mismo. En este aspecto, la escuela cumple un papel fundamental. En esta etapa destaca la presencia de un amigo íntimo con el cual el niño se comunica

	plenamente. A través de la comunicación se va autoafirmando su identidad.
--	---

## ANEXO 2

**Tabla 2: Tabla comparativa sobre consecuencias de la autoestima. Elaboración a partir de González Martínez (1999), Bermúdez (2000), González-Pienda, Pérez, González y García (1997), Vallés (1998) y Naranjo (2007).**

<b>Personas con alta autoestima</b>	<b>Personas con baja autoestima</b>
Creer en sí mismos y en sus posibilidades.	No creen en sí mismos. Creer que todo les saldrá mal.
Se enfrentan a nuevos retos con optimismo.	No se enfrentan a retos por miedo al fracaso.
Ante un fracaso, valoran qué pudo ir mal (factores internos o externos al sujeto).	Ante un fracaso, se frustran y se martirizan con culpas.
Tienden a recordar más experiencias de éxito que de fracaso.	Tienden a no olvidar nunca los fracasos. Los generalizan. (Si suspendo un examen de ciencias, soy muy mal estudiante).
Ante un fracaso, hacen plan de mejorar en el futuro.	Ante un fracaso, se convencen de que jamás superarán el obstáculo.
Aceptan sus errores.	Se avergüenzan de sus errores.
Son conscientes que el contexto a veces está en contra y a veces a favor.	Tienden a pensar que todo el mundo a su alrededor está en contra suya.
Establecen amistades de forma sana.	Les cuesta establecer amistades porque no creen en su capacidad de socialización.
Actúan de forma abierta hacia otras personas. Los aceptan tal cual son, igual que se aceptan a ellos mismos.	Marcan distancias entre los demás y ellos, como método de protección. Son

	demasiado críticos con los demás, así como con ellos mismos.
Sabe aceptar una crítica.	Utiliza respuestas defensivas, de agresión. Toma las críticas como ofensas personales.
Pueden plantear afrontar un problema de manera autónoma.	Pueden caer en la dependencia de otra persona. Se sienten vulnerables.
Saben que siempre hay alguien mejor y peor que ellos. Es asertivo.	Tienden a atacar e imponer. Necesita quedar por encima de los demás para paliar la ansiedad de saberse peor.
Posee autocontrol emocional.	No posee autocontrol emocional.
Justifica sus posturas e ideas.	Impone sus ideas por la fuerza, por miedo a que descubran su inseguridad.
Tienen capacidad de imaginación, de innovación y de autonomía.	Al no creer en sus capacidades, no buscan la innovación ni la autonomía.

---

## EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA INFANCIA

---

### INFORME DE ORIGINALIDAD

---



### FUENTES PRIMARIAS

---

<b>1</b>	<b>uvadoc.uva.es</b> Fuente de Internet	<b>12%</b>
<b>2</b>	<b>docs.com</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>docshare.tips</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>www.dspace.uce.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.unsa.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>8</b>	<b>Submitted to Universidad del Norte, Colombia</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt;1%</b>

---

9	<a href="http://biblio3.url.edu.gt">biblio3.url.edu.gt</a> Fuente de Internet	<1%
10	<a href="http://repositorio.unamad.edu.pe">repositorio.unamad.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
11	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Fuente de Internet	<1%
12	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Fuente de Internet	<1%
13	<a href="http://repositorio.uncp.edu.pe">repositorio.uncp.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
14	Submitted to Universidad Estatal a Distancia Trabajo del estudiante	<1%
15	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	<1%
16	Submitted to Centro Universitario Cardenal Cisneros Trabajo del estudiante	<1%
17	<a href="http://ivonita-docencianosyautoestima.blogspot.com">ivonita-docencianosyautoestima.blogspot.com</a> Fuente de Internet	<1%

Excluir citas      Activo

Excluir bibliografía      Activo

Excluir coincidencias      < 15 words