

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA**

## **ESCUELA DE POSTGRADO**



### **MAESTRÍA EN CIENCIAS**

#### **SECCIÓN: EDUCACIÓN**

#### **MENCIÓN: DOCENCIA E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA**

### **TESIS**

#### **INCREMENTO DE LA AUTOESTIMA PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES PROVENIENTES DE FAMILIAS DESINTEGRADAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS**

Para optar el Grado Académico de

### **MAESTRO EN CIENCIAS**

Presentada por:

**MIRTA YOBANI ALIAGA RABANAL**

Asesor:

**M.CS. IVÁN LEÓN CASTRO**

CAJAMARCA, PERÚ

2016

COPYRIGHT©. 2016 by  
MIRTA YOBANI ALIAGA RABANAL  
Todos los derechos reservados

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA**

## **ESCUELA DE POSTGRADO**



## **MAESTRÍA EN CIENCIAS**

### **SECCIÓN: EDUCACIÓN**

### **MENCIÓN: DOCENCIA E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA**

### **TESIS**

### **INCREMENTO DE LA AUTOESTIMA PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES PROVENIENTES DE FAMILIAS DESINTEGRADAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS**

Para optar el Grado Académico de

### **MAESTRO EN CIENCIAS**

Presentada por:

**MIRTA YOBANI ALIAGA RABANAL**  
**Comité Científico**

M.Cs. Iván León Castro  
Asesor

Dr. Ricardo Cabanillas Aguilar  
Miembro de Comité Científico

M. Cs. Enrique Vera Viera  
Miembro de Comité Científico

M.Cs. Andrés Valdivia Chávez  
Miembro de Comité Científico

CAJAMARCA, PERÚ  
2016

## **DEDICATORIA**

A mi Madre y a la memoria de mi Padre. Por todo el esfuerzo y sacrificio que pusieron para ver logradas mis metas y hacer de mí una persona de bien.

A Mélany, mi pequeña hija que supo comprender mis horas de ausencia dedicadas al estudio y trabajo.

A mi esposo, su ayuda me impulsó a terminar mi Maestría.

Mirta.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios, Ser Supremo, que me dio fuerza y la fe para poder terminar lo que me parecía imposible.

A todos los Docentes de la Maestría les hago llegar mi profundo agradecimiento, por sus conocimientos y experiencias compartidas, demostrando en todo momento su calidad humana y profesional que ennoblece sus almas.

A los estudiantes de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” por su participación desinteresada en los Talleres de Autoestima.

## INDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS ÍNDICE	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xii
	Pág.
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA Y SU PLANTEAMIENTO	15
1. Planteamiento del problema	15
2. Formulación del Problema	22
3. Hipótesis General	22
4. Variables	22
4.1. Variable independiente. Baja autoestima	22
4.2. Variable dependiente. Rendimiento académico	22
5. Objetivos de la Investigación	23
5.1. Objetivo General	23
5.2. Objetivos Específicos	23
6. Justificación	23
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	26
1. Antecedentes Teóricos de la Investigación	26
a) A Nivel Internacional	26

b) A Nivel Nacional	28
c) A Nivel Local	29
2. Marco teórico o bases teóricas	30
2.1 Autoestima	30
2.1.1. Definición	30
2.1.2. Autoestima y Rendimiento Escolar	32
2.1.3. Autoestima y Autoconcepto	33
2.1.4. Bases Teóricas de la Autoestima	35
a) La Psicología Humanista	35
b) La Teoría de las Necesidades	37
2.1.5. Componentes de la Autoestima	40
a) Componente cognitivo	40
b) Componente Afectivo	41
c) Componente Conductual	41
2.1.6. Niveles de Autoestima	42
a) Autoestima alta	42
b) Autoestima media	43
c) Autoestima baja	43
2.1.7. Importancia de la Autoestima	44
2.1.8. Característica de la Alta Autoestima	45
2.1.9. Característica de la Baja Autoestima	48
2.1.10. Rendimiento Académico	49
2.1.10.1. Definición	49
2.1.10.2. Factores que influyen en el Rendimiento Académico	51
a) Factor social	51
b) Factor escolar	52

c) Factor familiar	53
2.1.10.3. Pautas para mejorar el Rendimiento Académico	55
2.1.11. Desintegración Familiar	56
2.1.11.1. La Familia	56
2.1.11.2. Desintegración Familiar	57
2.1.11.3. El rol de los padres en el proceso de autoestima	59
2.1.11.4. Causas de la Desintegración Familiar	60
a) Falta de comunicación	61
b) Pérdida de objetivos comunes	61
c) Disparidad de roles	61
d) Falta de comprensión	61
e) Falta de unidad en la toma de decisiones	62
f) Falta de respeto a la personalidad del cónyuge	62
g) Diferencia de lugares de procedencia	62
h) Diferencia de clases sociales	62
i) Diferencia de nivel cultural	63
j) Infidelidad por uno de los cónyuges	63
2.2. Definición de Términos Básicos	63
2.2.1. Autoestima	63
2.2.2. Talleres de Autoestima	64
2.2.3. Rendimiento Académico	64
2.2.4. Familia	64
2.2.5. Desintegración Familiar	64
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b>	<b>65</b>
3.1. Tipo del diseño del estudio	65



3.2. Población	65
3.3. Muestra	66
3.4. Unidad de Análisis	66
3.5 Control de calidad de datos	67
3.6. Operacionalización de las variables	67
3.7. Técnica y Procedimiento de recolección de datos	67
3.8. Presentación y análisis de datos	68
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	69
DISCUSIÓN DE RESULTADOS	81
CONCLUSIONES	82
RECOMENDACIONES	83
LISTA DE REFERENCIAS	85
ANEXOS/APENDICES	89

## LISTA DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1. Estudiantes provenientes de Hogares Integrados y Desintegrados	69
TABLA 2. Estudiantes con Alto, Medio y Bajo Rendimiento Académico	70
TABLA 3. Aplicación del Inventario de Autoestima de Cooper Smith	70
TABLA 4. Calificativos obtenidos en el área de matemática	72
TABLA 5. Calificativos obtenidos en el área de comunicación	74
TABLA 6. Variación del Promedio de Notas de matemática	75
TABLA 7. Variación del Promedio de Notas de comunicación	76
TABLA 8. Análisis estadístico de la aplicación del Inventario de Coopersmith	76
TABLA 9. Análisis estadístico de los promedios de matemática	77
TABLA 10. Análisis estadístico de los promedios de comunicación	77
TABLA 11. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para autoestima	78
TABLA 12. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para promedios de matemática	78
TABLA 13. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para promedios de comunicación	79
TABLA 14. Estadísticos de muestras emparejadas	79
TABLA 15. Correlaciones de muestras emparejadas	80
TABLA 16. Prueba de muestras emparejadas	80

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación muestra los resultados de la aplicación de un programa de talleres de autoestima para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes provenientes de hogares desintegrados, de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, distrito de Jesús – Cajamarca.

La hipótesis de la investigación fue: La aplicación de un programa de talleres de autoestima a los estudiantes provenientes de hogares desintegrados influye significativamente en el rendimiento académico de los mismos, en las áreas de Matemática y Comunicación.

La muestra estuvo conformada por 35 estudiantes que presentaron bajo rendimiento académico y que provenían de hogares desintegrados. El tipo de investigación es experimental, con diseño pre experimental, puesto que se trabajó con un solo grupo de estudiantes.

Los resultados de la comparación del pre test y post test, mediante el inventario de Coopersmith, aplicados a los estudiantes de la muestra en estudio, demuestran que la aplicación del programa de autoestima incrementó en promedio 66.73% la autoestima de los estudiantes y mejoró el rendimiento académico de los mismos en un 10.43% en Matemática y 17.57 % en Comunicación.

Con ello se demuestra que la hipótesis ha sido confirmada y que los objetivos planteados en la presente investigación han sido cumplidos.

**PALABRAS CLAVES:** Autoestima, rendimiento académico, desintegración familiar.

## **ABSTRACT**

The present research work shows the results of the implementation of a program of self-esteem workshops to improve the academic achievement of students at “Dulce Nombre de Jesús” School, District of Jesús, Cajamarca who come from broken homes.

The research hypothesis was: The implementation of a program of self-esteem workshops for students who come from broken families significantly enhances their academic achievement in mathematics and communication.

The sample consisted of 35 students with low academic achievement and who belonged to broken homes. This research type is experimental, with pre-experimental design, since the study was carried out with only one group of students.

The results of the comparison between the pre-test and the post-test using the Coopersmith Inventory with the students of the study samples, show that the implementation of the self-esteem program improved both the students' self-esteem to 66.73% on average, as well as their academic achievement to 10.43% in mathematics and 17.57% in communication.

Thus, the hypothesis has been confirmed and the research aims have been attained.

**KEY WORDS:** Self-esteem, academic achievement, family disintegration.

## INTRODUCCIÓN

Dentro de nuestra labor docente realizamos el proceso de evaluación, el cual, en la mayoría de casos, solo refleja la cantidad de conocimientos que el estudiante puede recordar acerca de los temas impartidos en clase; es decir, la evaluación no refleja las capacidades y destrezas que el estudiante puede desarrollar en el proceso educativo al cual está inmerso. Luego, la evaluación se ve reflejada en un calificativo o nota aprobatoria o desaprobatoria.

Cuando un estudiante obtiene calificativos desaprobatorios que evidencian un bajo rendimiento académico, en el mejor de los casos nos disponemos a repetirle las clases, sin importar averiguar cuáles son los motivos para que este estudiante no aprenda al igual que sus compañeros. En muchos casos, no es que el estudiante no pueda aprender, sino que no se encuentra predispuesto para hacerlo; ello se debe a múltiples motivos: cada estudiante es una realidad y un mundo muy diferente.

Cuando un estudiante tiene baja autoestima siente que no puede aprender, que es “malo” para el estudio. Esa idea se hace tan fuerte que se predispone inconscientemente para “no aprender”. Al estar en este trance, obtiene calificativos desaprobatorios, que contribuyen a consolidar esa idea funesta de “ser mal alumno”. En este contexto, cada vez el estudiante obtiene notas más bajas y su autoestima disminuye a la par.

En la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, también se ha notado que muchos estudiantes provienen de hogares desintegrados o que viven situaciones de violencia familiar, en especial contra la mujer, alcoholismo de los padres, abandono, trabajo infantil, machismo, entre otras situación, que provocan niños inestables, tímidos

y con autoestima baja. Por ello, la presente investigación apunta a determinar cómo la autoestima influye en el rendimiento académico de los estudiantes de esta Institución Educativa, con el propósito de contribuir al desarrollo pleno e integral del estudiante. Luego de realizar la investigación se ha logrado determinar que incrementar la autoestima en los estudiantes contribuye a mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

El trabajo de investigación está estructurado en cuatro capítulos:

En el capítulo I: El problema y su planteamiento, se presenta el planteamiento y formulación del problema, el planteamiento de la hipótesis, reconocimiento de las variables y los objetivos planteados en la presente investigación.

En el capítulo II: Marco teórico, se presentan los antecedentes teóricos de la investigación, tanto a nivel local, nacional e internacional; el marco teórico en el que se sustenta la investigación y la definición de los términos básicos. El marco teórico se desarrolla en torno a tres puntos: autoestima, rendimiento académico y desintegración familiar.

En el Capítulo III: Marco metodológico, se describe el tipo del diseño de investigación, población, muestra, unidad de análisis, operacionalidad de variables, técnicas y procedimiento de recolección de datos y presentación y análisis e datos.

En el capítulo IV: Análisis y presentación de los resultados, se brinda las tablas y gráficos en donde se procesan los datos, cada cual con su respectiva interpretación.

Finalmente, se plantean las consideraciones finales a modos de discusión de resultados, conclusiones, recomendaciones, la lista de referencias consultadas en la presente investigación y los anexos o apéndices.

Esperamos que el presente trabajo contribuya al conocimiento científico y, en especial, a la formación integral de los estudiantes. Asimismo, esperamos las sugerencias y aportes que puedan hacer a la presente investigación, con el propósito de mejorarla en beneficio de la educación.

## CAPÍTULO I

### EL PROBLEMA Y SU PLANTEAMIENTO

#### 1. Planteamiento del problema

El Perú ocupa el último lugar entre los 65 países que participaron en el Programa de Evaluación Internacional de Estudiantes 2012 (PISA). El examen es elaborado cada tres años por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE). En matemática, comprensión lectora y ciencia se ha obtenido un promedio de 386; 373 y 384 puntos, muy por debajo del promedio mínimo de 494; 501 y 496, respectivamente. El fracaso escolar de los estudiantes es uno de los problemas más graves que sufre nuestro sistema educativo. Las causas son muy variadas y complejas.

En la región Cajamarca, según fuentes del Ministerio de Educación, en el año 2012, el porcentaje de estudiantes desaprobados en educación secundaria fue de 13.2% en primer grado, 11.8% en segundo grado, 10.6% en tercer grado, 8.0% en cuarto grado y, 5.0% en quinto grado. Asimismo, el porcentaje de retirados en educación secundaria fue de 6.3 % en primer grado, 6.0% en segundo grado, 5.8% en tercer grado, 5.5% en cuarto grado y, 3.5% en quinto grado (MINEDU, 2012). Las causas de la deserción escolar son muchas, entre las principales tenemos: bajo rendimiento, falta de apoyo de los padres, lejanía de la institución educativa, enamoramiento, embarazos en adolescentes, falta de economía, entre otros.

Nuestra Institución Educativa, según consta en las Actas del año 2013, tuvo en promedio 72.7 % de los estudiantes con al menos un área desaprobada; por lo que preocupa a los docentes identificar las causas de este problema. Asimismo, se observa



poco interés, por parte de los estudiantes por mejorar su rendimiento académico, puesto que se contentan con la nota obtenida.

Los Padres de Familia también tienen una posición muy permisiva frente al rendimiento académico de sus hijos. Por un lado, no se acercan a los docentes para pedir información de los calificativos de sus hijos; y si lo hacen, es en el mes de diciembre cuando nos abordan para saber si su hijo(a) está aprobado en el curso, el resto de los meses anteriores su interés es mínimo. Al ver que sus hijos(as) se encuentran desaprobados(as) en las áreas optan por pedir al docente que les coloque en registro una nota aprobatoria; es decir se preocupan más porque su hijo(a) no desapruebe y no porque aprenda o desarrolle sus capacidades.

Las consecuencias del fracaso escolar en nuestra sociedad son graves. Los estudiantes que no concluyen la educación básica regular tienen dificultades posteriormente para su inserción laboral, ocupan puestos de trabajos menos estables y con menor nivel remunerativo. En definitiva, estos estudiantes tienen un mayor riesgo de exclusión social y económica.

Investigar las causas del bajo rendimiento académico de los estudiantes significa un seguimiento a cada uno de ellos, puesto que éstas pueden ser cuestiones congénitas o hereditarias, problemas psicológicos, de salud, nutricionales, falta de hábitos de estudio, entornos inapropiados para el aprendizaje, problemas económicos, entre otras. Dentro de los problemas psicológicos tenemos la baja autoestima de los estudiantes, factor que según muchos expertos incide directamente en el rendimiento académico.

Hoy en día existe una gran cantidad de evidencia empírica concerniente al peso que tiene las variables o recursos internos del niño sobre rendimiento escolar. De hecho, entre los numerosos estudios que investigan la relación de diversas variables con el rendimiento académico, los que arrojan resultados más concluyentes son aquellos que estudian aspectos tales como la autoestima, expectativas y motivación de los estudiantes, encontrando que aquellos niños que tienen un buen autoconcepto, expectativas positivas respecto de su rendimiento y una motivación intrínseca por aprender, consistentemente obtienen más logros en el colegio que aquellos que muestran una autoestima pobre, bajas expectativas y una motivación por el estudio dominada por los refuerzos extrínsecos. (Arancibia, et al, 1999, p. 175)

De acuerdo a lo expresado anteriormente, podemos afirmar que la labor docente va más allá de impartir conocimientos, el maestro debe estar capacitado para comprender al estudiante en su dimensión socio-afectiva. Por ello, no solo debe limitarse a transcribir en sus registros los calificativos que obtienen los estudiantes en sus evaluaciones, es fundamental que identifique las causas del bajo rendimiento académico en cada uno de ellos, para poder tratarlas oportunamente.

Si consideramos que el estudiante con baja autoestima presenta problemas en el rendimiento académico, entonces tenemos que dirigir nuestra mirada a la familia, en ella el niño, desde su concepción, va formando su autoconcepto y valorándose a sí mismo. El efecto positivo o negativo que ejerce la familia y las relaciones familiares sobre la autoestima de los niños depende cómo ve y cómo percibe el niño a la familia. En familias donde sus integrantes están muy unidos favorecen altamente al desarrollo de una autoestima positiva; mientras que, por el contrario, en familias divididas el niño puede

percibir que no le dan mucha importancia o que son rechazados por algún integrante del grupo familiar, factor generante de baja autoestima en los niños.

Como docente del área de Persona, Familia y Relaciones Humanas he podido percibir que en las diversas reuniones con padres de familia, ya sea a nivel de aula o de toda la institución, la asistencia en más del 90 % es de madres de familia, existiendo un ausentismo marcado de los padres. Al preguntar a los estudiantes porque no vienen sus padres a las reuniones, algunos afirman que están trabajando en sus sementeras, otros en construcción o en el pastoreo de ganado; mientras que un marcado grupo afirman que sus padres no viven con ellos, por diversos motivos como la emigración en busca de mejores oportunidades laborales, han adquirido otros compromisos matrimoniales, entre otros.

Entonces, la literatura especializada nos dice que es evidente que el tipo de familia a la que el estudiante pertenece constituye un elemento clave para surgir tanto en lo psicosocial como en lo material. Una familia constituida por ambos progenitores, con apoyo mutuo, estable y funcional en sus relaciones intrafamiliares, ayuda al progreso económico y psicosocial de las personas que la componen, y favorece el desarrollo emocional. Cabe precisar que no siempre esto se cumple, pues la familia y el individuo son seres complejos, en donde pueden interactuar muchos otros factores externos e internos.

Afirmando lo dicho anteriormente, Gladys Jadue (2003, p.118) menciona: Resultados de varios estudios muestran que a los niños que tienen una buena relación con sus padres les tiende a ir mejor en el colegio. Las experiencias familiares se asocian a la adaptación a la escuela, incluyendo la relación madre-hijo y las interacciones del niño o adolescente con los miembros de su familia. De tal manera que las dimensiones positivas

o negativas de su relación con cada padre son predictores de la adaptación a la escuela, como también lo son las percepciones que los jóvenes tienen del grado en que reciben el apoyo que necesitan de parte de los integrantes de su núcleo familiar. Los procesos afectivos intrafamiliares, la ayuda otorgada por los padres para un buen desempeño escolar, el refuerzo dado a las notas y las expectativas de un buen rendimiento del hijo ayudan y colaboran para que éstos últimos se desempeñen mejor en la escuela.

Amato (2005), citado por Papalia, et al, (2009), dice: Aunque por lo general los niños en familias con un solo progenitor tienen resultados bastante buenos, presentan carencias en el ámbito social y educativo, en comparación con sus compañeros que viven con ambos padres. Esto es cierto tanto para los niños nacidos fuera del matrimonio como para aquellos cuyos padres están divorciados. Los estudios sobre los niños que experimentan la muerte de uno de sus padres tienen resultados mixtos, pero a menudo sugieren que estos niños están en riesgo de mayores problemas que aquellos que son hijos de madres solteras o cuyos padres se divorcian (Papalia, et al, 2009, p.432).

Cuando una familia se desintegra, los hijos son los que sufren más porque ellos se ven afectados en sus estudios, pues bajan sus notas debido a una serie de problemas psicológicos; entre ellos podemos mencionar: inmadurez emocional, baja autoestima, reacción agresiva y, sobre todo, bajo rendimiento académico (Pérez y Almaraz 1992, p.163).

Hasta aquí se ha analizado la evidencia en favor y en contra de la hipótesis de que la autoestima (autoconcepto académico, específicamente) afecta el rendimiento de los escolares. Pero la autoestima o autoconcepto no solo son importantes en la predicción del rendimiento, sino que juegan un rol fundamental en la salud mental y buen desarrollo

afectivo de los escolares. Sin duda, la experiencia escolar será un factor determinante para el desarrollo de la autoestima, dado el gran impacto de las experiencias de rendimiento escolar tanto en el niño como en su familia (Arancibia, et al, 1999, p.180)

Según Milicic (1995) citado por Arancibia, et al., (1999), la experiencia escolar determinará en forma importante el bienestar socioemocional de un niño y tendrá efectos significativos durante la vida adulta de éste.

También en nuestra labor académica, se ha podido observar al estudiante que tiene baja autoestima obtiene bajos calificaciones en sus evaluaciones; sus bajos calificaciones producen que su autoestima en vez de recuperarse decaiga y se produzca un círculo interminable. Para romper este círculo, no podemos sin ninguna razón otorgarle al estudiante mejores calificaciones pues sería efímero y engañoso para él. La única manera de esta realidad problemática es mejorando la autoestima de cada uno de ellos.

El hogar determina la autoestima de los niños, puesto que allí reciben la primera formación. La escuela contribuye a subir o bajar la autoestima de los niños, pero si la familia le brinda al niño una formación sólida estará preparado para capear las situaciones negativas que se le presente en la escuela y no sucumbir ante ellas. La desintegración familiar es una causa evidente para que los niños tengan baja autoestima. Ayudar a que éstos comprendan la situación familiar y no se sientan apartados, relegados o con carencias de afectividad por los propios padres les ayudará a mejorar su autoconcepto y autoestima y por ende contribuir a su mejor rendimiento en la escuela.

De acuerdo a lo que se ha podido investigar mediante conversaciones y entrevistas con los estudiantes, como parte de los temas desarrollados en clase y de las orientaciones que

se les brinda, se ha podido determinar que en el entorno urbano y, en especial, en el rural de Jesús, los problemas del machismo, el alcoholismo y la violencia familiar han hecho que los hogares no sean estables. Como consecuencia se tienen familias disfuncionales, donde los padres no cumplen con sus roles que les toca desempeñar.

Muchos padres se desinteresan por la educación de sus hijos, piensan que su rol termina con enviarlos a la escuela o al colegio. Desconocen que la educación es un proceso integral donde confluyen estudiantes, maestros, padres de familia, la sociedad y el Estado en el logro de los objetivos educativos; y son precisamente los padres de familia los que deben estar más interesados en que sus hijos tengan una educación de calidad, basada no solo en el logro de competencia, capacidades y destrezas; sino también en la estabilidad emocional de sus hijos.

## **2. Formulación del Problema**

Teniendo en cuenta lo expuesto líneas arriba, la presente investigación intenta dar respuesta a la siguiente interrogante:

¿Cuál es la influencia de la aplicación de un programa de talleres de autoestima para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes provenientes de familias desintegradas de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, en las áreas de Matemática y Comunicación?

## **3. Hipótesis General**

La aplicación de un programa de talleres de autoestima a los estudiantes provenientes de hogares desintegrados influye significativamente en el rendimiento académico de los mismos, en las áreas de Matemática y Comunicación.

## **4. Variables**

### **4.1. Variable independiente. Baja autoestima**

Se aplicó el Inventario de Autoestima de Coopersmith – Formato Escolar, antes de iniciar el programa de talleres de autoestima para medir el nivel de autoestima de los estudiantes participantes en los talleres. Finalizados los talleres se aplicó nuevamente el mismo inventario para determinar la variación de la autoestima en cada uno de los estudiantes.

### **4.2. Variable dependiente. Rendimiento académico**

Se verificó el rendimiento académico de los estudiantes inmersos en la presente investigación, en las Libretas de Notas, del primer y segundo trimestre, para determinar la variación del rendimiento académico, en cada uno de ellos.

## **5. Objetivos de la Investigación**

### **5.1. Objetivo General**

Determinar la influencia de la aplicación de un programa de talleres de autoestima a los estudiantes provenientes de hogares desintegrados de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, distrito de Jesús – Cajamarca, en el mejoramiento del rendimiento académico de los mismos, en las áreas de Matemática y Comunicación.

### **5.2. Objetivos Específicos**

- a) Identificar los estudiantes que tienen bajo rendimiento académico, en las áreas de Matemática y Comunicación, provenientes de hogares desintegrados en la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, Cajamarca.

- b) Desarrollar cinco talleres de autoestima con los estudiantes que presentan bajo rendimiento académico, en las áreas de Matemática y Comunicación, provenientes de hogares desintegrados de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, Cajamarca.
- c) Evaluar el rendimiento académico en las áreas de Matemática y Comunicación, del primer y segundo trimestre, de los estudiantes proveniente de hogares desintegrados de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, Cajamarca, después de la aplicación de los talleres de autoestima.

## **6. Justificación**

Al tomarse la educación como un proceso social, encontramos que el alumno es parte de una comunidad esencial denominada familia, la cual desde la integridad se ha manifestado como el primer ente educador del niño. En la actualidad encontramos una crisis social y familiar, que indica el fenómeno de desintegración familiar, situación que sin duda cobra influencia en el desarrollo de sus miembros, trae consecuencias que causan daño a los hijos como la baja autoestima y otros problemas psicológicos. Estos problemas se pueden observar en su conducta, su relación en la sociedad y en la formación académica.

El estudiante pierde el interés por aprender porque se siente mortificado por la separación de sus padres, lo demuestra de diferentes formas como baja autoestima, conductas agresivas, inseguridad, dolores psicósomáticos (dolores de cabeza, dolores estomacales), problemas con el sueño, entre otros. Estos problemas dificultan su aprendizaje y muchas veces pierden el interés por aprender.



La necesidad de ayuda es evidente a este grupo de estudiantes. No basta con instarlos al proceso educativo, necesitan superar los problemas psicológicos que le ha acarreado la separación de sus padres. El problema de fondo quizás no se pueda resolver, pero si se puede ayudar a los estudiantes que han sufrido el trauma de la separación de los padres a mejorar, en este sentido se pretende incrementar la autoestima de los estudiantes participantes en la investigación, mediante el desarrollo de talleres de autoestima.

El presente trabajo pretende demostrar que la autoestima de los estudiantes que provienen de hogares desintegrados influye en el rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, dato con el cual se podrá dirigir la orientación a los estudiantes que sufren dicho problema. Así también, se apreciará la importancia que tiene para los padres de familia y docentes, el educar en valores que preserven la unidad familiar, colaborando con ello a que el alumno mejore su autoestima, no pierda el interés por el estudio y así incremente sus calificativos.

Aunque en los últimos años la educación impartida en las instituciones educativas ha cambiado, aún tenemos muchas dificultades, sobre todo cuando se trata de evaluar el rendimiento académico de los estudiantes, limitándose la labor docente a colocar un calificativo o nota. La presente investigación parte de las afirmaciones teóricas que los estudiantes con problemas en el rendimiento académico tienen baja autoestima y, al mismo tiempo, los estudiantes que provienen de hogares desintegrados presentan baja autoestima; por ello, se trabajará con los estudiantes con tres o más áreas desaprobadas y que provienen de hogares desintegrados, a los que se les aplicará un programa de desarrollo de la autoestima, para mejorar su rendimiento académico, evaluado in situ si lo propuesto anteriormente por los expertos tiene resultado positivo en la realidad objetiva estudiada.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2. Antecedentes Teóricos de la Investigación**

Se ha podido encontrar entre las diferentes investigaciones relacionadas, directa o indirectamente, con nuestra investigación, las siguientes:

##### **d) A Nivel Internacional**

Monserrat Rabell Cuadras, de la Universidad Internacional de la Rioja (España, 2012) en su Tesis para obtener el grado de Magíster en Educación Primaria, titulada “Autoestima y rendimiento académico: un estudio aplicado al aula de educación primaria”; afirma en sus conclusiones: Podemos comprobar con los resultados que hay una relación entre rendimiento académico y autoestima académica, aunque no podamos cuantificar qué porcentaje de varianza es capaz de explicar una variable sobre la otra.

En este estudio también se observó que estudiantes con baja o muy baja autoestima no todos tienen malas notas, por lo que se puede deducir no siempre la autoestima influye directamente en el rendimiento académico.

Verónica Ramos Palacín, de la Universidad Internacional de la Rioja (España, 2014) en su Tesis para obtener el grado de Magíster en Neuropsicología y Educación, titulada “Incidencia de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Escolar”, concluye: En definitiva, existe una relación entre inteligencia emocional y rendimiento escolar, por lo que será muy importante trabajar la inteligencia emocional desde edades tempranas para conseguir un desarrollo óptimo de ésta y en consecuencia mejores resultados académicos.

Yemallá Albarrán, de la Universidad Rafael Urdaneta (Maracaibo, Venezuela, 2004), en su tesis para obtener el grado de Magíster en Psicología Educacional, titulada “Autoestima y rendimiento académico en los estudiantes universitarios”, concluye: El mayor número de sujetos de estudios estuvo ubicado en el nivel de autoestima media y el rendimiento académico del grupo presentó un promedio bajo; por lo que existe una correlación positiva entre autoestima y rendimiento académico.

Lorena Muñoz Muñoz, de la Universidad de Chile (Santiago de Chile, 2011), en su trabajo de investigación para optar el grado de Magíster en Psicología Infanto-Juvenil, titulado “Autoestima, factor clave en el éxito escolar”, afirma en sus conclusiones: El poseer una autoestima adecuada significa una ganancia relevante tanto en términos de rendimiento académico como en términos conductuales.

Lita del Carmen García Flores, de la Universidad Autónoma de Nueva León (Monterrey, México, 2005), en su tesis para obtener el grado de Magíster en Orientación Vocacional, titulada “Autoconcepto, Autoestima y su relación con el Rendimiento Académico”; concluye: El rendimiento académico está correlacionado en primer lugar con el autoconcepto académico y en segundo, con el Autoconcepto conductual. Con lo cual se concluye que a mayor Autoconcepto académico mayor Rendimiento Académico y a mayor Autoconcepto conductual mayor rendimiento Académico.

e) **A Nivel Nacional**

José Luis Acuña Espinoza, de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión (Perú, 2013), en su tesis para obtener el grado académico de Magíster en ciencias de la gestión educativa con mención en pedagogía, titulada “Autoestima y Rendimiento de los estudiantes del X ciclo 2012–II de la Escuela Académico Profesional de Educación

Primaria Y Problemas de Aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho”, concluye: Luego de haber realizado la presente investigación concluimos señalando que existe una correlación positiva entre las dos variables de estudio, toda vez que la mayoría de los estudiantes presentan favorablemente una autoestima media y alta y un rendimiento académico bueno y excelente.

José Leonel Nicho Alcántara de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión (Perú, 2013), en su tesis para obtener el grado académico de Magíster en ciencias de la gestión educativa, titulado “Relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C. tecnológica de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión”, afirma en sus conclusiones: Habiéndose encontrado un valor de  $p = 0.000$  y siendo éste menor a 0.05; existe una dependencia y una asociación fuerte entre las variables autoestima y rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C. tecnológica de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

José Gilberto López Vega, de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle (Perú, 2009) en su tesis de Maestría titulada “Relación entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de medicina veterinaria de la Universidad Alas Peruanas”, concluye: los resultados demuestran la existencia de una relación directa entre hábitos de estudio y rendimiento académico, así como entre autoestima y rendimiento académico.

Virgilio Simón Vildoso Gonzales, en su tesis de Maestría titulada “Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann”,

de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Perú, 2003), epílogo: El análisis de regresión múltiple nos permite aceptar la hipótesis de la investigación, es decir existe influencia significativa de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de segundo, tercer y cuarto año de la escuela académica profesional de Agronomía.

#### **f) A Nivel Local**

Gladys Ávila Quispe (2009) de la Universidad Nacional de Cajamarca, en su tesis para obtener el grado académico de Maestro en Ciencias, mención Educación, Línea Planificación y Administración de la Educación; titulada “Desintegración Familiar y Rendimiento Académico en niños de Educación Primaria del distrito de Cajabamba”, concluye: La desintegración familiar y el rendimiento académico se relacionan significativamente en las tres zonas en estudio (urbana, periurbana y rural). Esto nos permite concluir aseverando nuestra hipótesis planteada, ya que al relacionar los hogares integrados y desintegrados con el rendimiento académico, vemos que existe una relación significativa entre estas dos variables, es decir, estudiantes que provienen de hogares integrados presentan mejor rendimiento académico en comparación con los que vienen de hogares desintegrados.

### **3. Marco teórico o bases teóricas**

#### **2.2 Autoestima**

Nuestra necesidad de autoestima es el resultado de dos hechos básicos, ambos inherentes a nuestra especie. El primero es que nuestra supervivencia y nuestro dominio del medio ambiente dependen del uso apropiado de nuestra conciencia. Nuestras vidas y bienestar dependen de nuestra capacidad de pensar. El segundo es que el uso correcto de nuestra conciencia no es automático, no está “construido” por la naturaleza. Existe un

elemento crucial de elección en la regulación de su actividad y, por lo tanto, de responsabilidad personal (Branden, 2011, p.45)

#### **i. Definición**

Etimológicamente el vocablo autoestima se forma de dos palabras griegas: “autos” y “estima”, el término auto significa “uno mismo” y en conjunto con “estima” significa aprecio. Lo que viene a ser aprecio y estima por uno mismo.

La autoestima se asocia significativamente con la satisfacción personal y el funcionamiento afectivo (Coopersmith, 1978, p.19)

La autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro ser, de quiénes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y se puede mejorar. Está relacionada con el desarrollo integral de la personalidad en los niveles: ideológico, psicológico, social y económico (Acosta y Hernández, 2004, p.82)

La autoestima es la percepción valorativa de la manera de ser de cada persona, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran la personalidad. Se puede expresar que, la percepción valorativa de mi ser, de mi manera de ser, de quién soy yo, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales, configuran mi personalidad.

El término autoestima es, sin duda, uno de los más ambiguos y discutidos en el ámbito de la psicología. Autoaceptación, autoajuste, autovaloración, autoestima, autoconcepto, autoimagen son términos que se usan indistintamente para significar el

concepto, positivo o negativo, que uno tiene de sí mismo. Algunos autores consideran la autoestima como un constructo hipotético que representa el valor relativo que los individuos se atribuyen o que creen que los demás les atribuyen. Los autores concluyen que existen cuatro formas de definir la autoestima. La más básica es el enfoque actitudinal. Desde este punto de vista, la definición de autoestima se basa en la idea de que el yo puede ser considerado como cualquier objeto de atención para el sujeto. El segundo tipo de definición de la autoestima la conceptúa como la diferencia entre el yo real e ideal, siendo la forma más habitual de definirla en la literatura específica. La tercera forma de definir la autoestima se centra en las respuestas psicológicas que las personas sostienen de su yo. Estas respuestas se describen normalmente como de naturaleza afectiva o basadas en el sentimiento de valoración personal: positiva-negativa, aceptación-rechazo. Por último, Wells y Marwell (1976) manifiestan que la autoestima puede entenderse también como una función o componente de la personalidad. En este caso, la autoestima se considera como parte de uno mismo o sistema del yo normalmente la parte vinculada a la motivación y/o autorregulación. En la práctica, se dan tantas formas de definir la autoestima como personas intentan definirla (Ortega, et al. 2001. p. 47)

A mi parecer, la autoestima no solo está ligada a valorar nuestras cualidades físicas y psíquicas, competencias y destrezas, éxitos y fracasos; sino también juega un papel fundamental nuestros sueños y aspiraciones, lo que nos proyectamos a hacer en el futuro. Una persona que se proyecta al futuro buscará asentar sus cualidades positivas y corregir lo negativo en pos de una meta; lo que contribuirá enormemente a su autovaloración o autoestima.

La autoestima es un juicio de valor personal que el individuo expresa en las actitudes que mantiene hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que el individuo comunica a

otros mediante reportes verbales y otras formas de conducta expresiva (Coopersmith, 1978, p.279)

En las definiciones presentadas, la autoestima tiene un carácter social, es decir, ninguna persona nace con alta o baja autoestima, esta se forma, en primer lugar, en la interacción con los miembros del hogar y, luego con el entorno social. Dentro del entorno social, la escuela, en especial los docentes y compañeros, juegan un papel fundamental, puesto que la autoestima se forma durante la infancia y la adolescencia, edades en que los sujetos pasan varias horas al día en las instituciones educativas.

## **ii. Autoestima y Rendimiento Escolar**

Uno de los recursos internos sobre los cuales existe mayor consenso en cuanto a su relación con el rendimiento académico es la autoestima de los estudiantes. La autoestima ha sido definida, en general, como la valoración que las personas hacen de sí mismos (Burns, 1990; Haeussler y Milicic, 1995; citados en Arancibia, *et al.* 1999, p.175), relacionada con el sentido de autorespeto, identidad, seguridad y confianza, propósito y sentido de competencia (Reasoner, 1990; citado en Arancibia, *et al.* 1999, 176). Así, no es raro que exista una fuerte asociación entre esta variable y el rendimiento escolar, si consideramos la importancia que pueden tener las experiencias escolares en la autovaloración de un niño y si tomamos en cuenta por otro lado, que un niño con una alta autoestima tendrá una sensación de competencia, la cual le permitirá enfrentar los desafíos escolares con confianza y creatividad (Milicic, 1995; citado en Arancibia, *et al.* 1999, p.176)

Diversas investigaciones confirman la relación directa existente entre autoestima y rendimiento académico. Sin embargo, las investigaciones también refieren que en muchas



ocasiones, estudiantes que presentan baja autoestima pueden tener un rendimiento académico aceptable o por el contrario, estudiantes que tienen alto rendimiento académico pueden presentar baja autoestima. Esto se debe a que la familia, la educación y, en especial, los seres humanos son entes complejos y que en ellos confluyen una serie de factores políticos, sociales, económicos, históricos, geográficos, religiosos, entre otros, que determinan diversos comportamientos y relaciones entre ellos.

### **iii. Autoestima y Autoconcepto**

Cabe, en primer lugar, hacer una distinción entre lo que se entiende por Autoestima y lo que se entiende por Autoconcepto. El autoconcepto se define como las cogniciones que el individuo tiene, conscientemente, acerca de sí mismo. Incluye todos los atributos, rasgos y características de personalidad que estructuran y se incluyen en lo que el individuo concibe como su yo. También se suele definir autoconcepto como la imagen que tenemos de nosotros mismos en las dimensiones cognitivas, perceptual y afectiva.

De lo anterior se desprende que el autoconcepto, tal como su nombre lo indica, viene a ser un concepto, una percepción que tienen los individuos de diversos aspectos de sí mismos. La autoestima en cambio se entiende como la valoración positiva o negativa que el sujeto hace de su autoconcepto, incluyendo las emociones que asocia a ellas y las actitudes que tiene respecto de sí mismo. Es decir, que el autoconcepto vendría a ser el referente de la autoestima de un sujeto.

#### **• Autoconcepto académico**

De particular importancia dentro de la investigación concerniente a la relación entre autoestima y rendimiento académico es el estudio del autoconcepto académico. Este constructo es definido como “la parte del sí mismo que se relaciona más directamente con

el rendimiento académico (...) y que aparentemente sirve como un sistema de guía personal para dirigir el comportamiento en la escuela y que juega un rol fundamental en la determinación del rendimiento académico del estudiante” (Arancibia, *et al.* 1990, p.15)

Se refiere al nivel de confianza y aprecio del estudiante por otras personas. En su nivel óptimo, implica un niño identificado con su contexto escolar, amistoso, espontáneo y tolerante a las frustraciones y rabia.

El autoconcepto está constituido por cinco dimensiones: académico, social, emocional, familiar y físico. El autoconcepto académico es la valoración que la persona tiene entorno a su capacidad de aprender y las relaciones que establece con otros agentes educativos. Un estudiante que obtenga buenos resultados en sus estudios irá reforzando su autoconcepto académico y, a la vez que los refuerza, obtendrá mejores calificaciones.

#### **iv. Bases Teóricas de la Autoestima**

##### **c) La Psicología Humanista**

La Psicología Humanista es fundamentalmente un movimiento programático, surgido en Norteamérica en la década de los sesenta, orientado a promover una psicología más interesada por los problemas humanos, que sea “una ciencia del hombre y para el hombre”.

“Un acercamiento al hombre y a la experiencia humana en su globalidad, un movimiento científico y filosófico que comprende la psicología en sus dimensiones dinámica y social, basada en una visión holística del hombre, redescubriendo así formas tradicionales occidentales y orientales de conocimiento. Un conjunto de técnicas de cambio individual y social, un conjunto de valores que conciernen las relaciones del

individuo y de la sociedad con una moral implícita y explícita. Un movimiento contracultural que se ha extendido bajo la forma de lo que se ha venido en llamar "Movimiento del Potencial Humano" (Villegas, 1986, p.11).

Entre los aportes más importantes a la Psicología Humanista, tenemos:

Abraham Maslow afirma que el ser humano tiene dos tipos de necesidades fundamentales: las necesidades fisiológicas y las necesidades psicológicas. Las primeras comprenden las necesidades de alimento, agua, oxígeno, sueño y sexo. Las psicológicas básicas: de seguridad, integral y estabilidad; de amor y de sentido de pertenencia; y de estima y respeto a sí mismo. Por añadidura, cada persona tiene necesidades de crecimiento: de materializar sus potencialidades y capacidades de auto actualización. (Villegas, 1986, p.31).

Carl Rogers resaltó la tendencia del ser humano hacia el crecimiento personal. Todas las personas tienen un potencial de crecimiento y el fin de la personas es el desarrollo de sus capacidades positivas. La persona madura y equilibrada es el resultado del proceso de autorrealización, es decir del proceso de convertirse en persona (Villegas, 1986, p.33).

La autorrealización es saber disfrutar de la vida: aceptarse sin apartar la posibilidad de cambiar; valorar lo que uno piensa y siente; ser independiente, valorar las relaciones con los demás sin someterse a sus expectativas, resolver adecuadamente los conflictos; y además, es aceptar la responsabilidad de la propia vida.

Si bien Maslow y Rogers sostienen la necesidad de autorrealización de cada individuos, se diferencian en la forma cómo enfocan el proceso de autorrealización de

cada individuo. Para Maslow, la necesidad de autorrealización de los seres humanos parte de las necesidades, ya sean físicas o psíquicas, las cuales deben ser satisfechas, una vez logradas se puede decir que la persona se ha autorrealizado. Para Rogers la autorrealización es un sistema más complejo que no solo se limita a satisfacer las necesidades, puesto que su proceso es constante y continuo que nace en forma innata; por lo que, el ser humano debe ser capaz de decidir en forma consiente y racional qué está mal y qué debe hacer al respecto.

Maslow estableció una pirámide de necesidades fisiológicas y morales que todos debemos cumplir para sentirnos satisfechos. Se empieza por las necesidades fisiológicas, de seguridad, afiliación, reconocimiento, hasta llegar, finalmente, a la autorrealización plena. Sin embargo, muchas personas podemos sentirnos autorrealizados al cubrir nuestras necesidades básicas fundamentales como las fisiológicas, de seguridad o afiliación.

Rogers afirma que una persona para ser feliz debe partir de aceptarse tal como es, luego debe ser una persona totalmente funcional. La persona funcional es aquella que vive a plenitud cada momento de su existencia, está abierta a la experiencia y acepta que su realidad es cambiante, pero confía en él para tomar en libertad la mejor opción que el mundo le ofrece. Asimismo, confía en su creatividad para solucionar sus problemas y lograr su autorrealización. Es una persona crítica y reflexiva, con carácter dinámico, que acepta retos.

#### **d) La Teoría de las Necesidades**

Abraham Maslow se asocia tradicionalmente con la psicología humanista, en el área de motivación, la personalidad y el desarrollo humano. En 1943, Maslow propone su

“Teoría de la Motivación Humana”, utilizada ampliamente en el campo de la psicología clínica, en el campo de motivación y la gestión empresarial.

La “Teoría de la Motivación Humana” propone una jerarquía de necesidades y factores que motivan a las personas; esta jerarquía se modela identificando cinco categorías de necesidades y se construye considerando un orden jerárquico ascendente de acuerdo a su importancia para la supervivencia y la capa de motivación. De acuerdo a este modelo, a medida que el hombre satisface sus necesidades surgen otras que cambian o modifican el comportamiento del mismo; considerando que solo cuando una necesidad está “razonablemente” satisfecha, se disparará una nueva necesidad (Colvin & Rutland, 2008, p.156).

Según Quintero, José (2004, p.52), las cinco categorías de necesidades propuestas por Maslow son:

- **Necesidades fisiológicas**

Son las de origen biológico y están orientadas a la supervivencia del hombre e incluyen la necesidad de respirar, de beber agua, de dormir, de comer, de sexo, de refugio.

- **Necesidades de seguridad**

Están orientadas hacia la seguridad personal, el orden, la estabilidad y la protección. Dentro de estas necesidades se encuentran: seguridad física, de empleo, de ingresos y recursos, familiar, de salud y contra el crimen de la propiedad personal.

- **Necesidades de amor, afecto, pertenencia**

Esta clase de necesidades contiene el amor, el afecto y la pertenencia o afiliación a un cierto grupo social y están orientadas a superar los sentimientos de soledad y alienación. Estas necesidades se presentan cuando el ser humano presenta deseos de casarse, de tener una familia, de ser parte de una comunidad, de ser miembro de una iglesia o simplemente de asistir a un club social.

- **Necesidades de estima**

Las necesidades de estima están orientadas hacia la autoestima, el reconocimiento de la persona, el logro particular y el respeto hacia los demás. Al satisfacer estas necesidades, las personas se sienten seguras de sí mismas y valiosas.

Maslow señaló dos necesidades de estima: una inferior que incluye el respeto de los demás, la necesidad de estatus, fama, gloria, reconocimiento, atención, reputación y dignidad; y otra superior, que determina la necesidad de respeto de sí mismo, incluyendo sentimientos como confianza, competencia, logro, maestría, independencia y libertad.

- **Necesidades de auto-realización**

Maslow describe la auto-realización como la necesidad de una persona para ser y hacer lo que la persona “nació para hacer”, es decir, es el cumplimiento del potencial personal a través de una actividad específica; de esta forma una persona que está inspirada para la música debe hacer música, un artista debe pintar y un poeta escribir.

La “Teoría de la Motivación Humana” junto a otras investigaciones realizadas por Maslow en el área de las necesidades humanas, es parte del paradigma educativo humanista, para el cual el logro de la auto-realización de los estudiantes en todos los

aspectos de la personalidad es parte fundamental de una educación con formación y crecimiento personal.

#### **v. Componentes de la Autoestima**

Ana Roa (2013, p.243) considera que en la autoestima encontramos tres componentes interrelacionados de tal modo que una modificación en uno de ellos lleva consigo una alternación en los otros: cognitivo, afectivo y conductual.

##### **d) Componente cognitivo**

Formado por el conjunto de conocimientos sobre uno mismo. Representación que cada uno se forma acerca de su propia persona, y que varía con la madurez psicológica y con la capacidad cognitiva del sujeto. Por tanto, indica ideas, opiniones, creencias, percepción y procesamiento de la información.

El autoconcepto ocupa un lugar privilegiado en la génesis, crecimiento y consolidación de la autoestima y las restantes dimensiones caminan bajo la luz que les proyecta el autoconcepto, que a su vez se hace acompañar por la autoimagen o representación mental que la persona tiene de sí misma en el presente y en las aspiraciones y expectativas futuras. Un autoconcepto repleto de autoimágenes ajustadas, ricas e intensas en el espacio y tiempo en que vivimos demostrará su máxima eficacia en nuestros comportamientos.

La fuerza del autoconcepto se basa en nuestras creencias entendidas como convicciones, convencimientos propios; sin creencias sólidas no existirá un autoconcepto eficiente.

### **e) Componente Afectivo**

Sentimiento de valor que nos atribuimos y grado en que nos aceptamos. Puede tener un matiz positivo o negativo según nuestra autoestima: “Hay muchas cosas de mí que me gustan” o “no hago nada bien, soy un inútil”.

Lleva consigo la valoración de nosotros mismos, de lo que existe de positivo y de aquellas características negativas que poseemos. Implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros. Es admiración ante la propia valía y constituye un juicio de valor ante nuestras cualidades personales. Este elemento es la respuesta de nuestra sensibilidad y emotividad ante los valores que percibimos dentro de nosotros; es el corazón de la autoestima, es la valoración, el sentimiento, la admiración, el desprecio, el afecto, el gozo y el dolor en la parte más íntima de nosotros mismos.

### **f) Componente Conductual**

Relacionado con tensión, intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un proceso de manera coherente. Es la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de consideración y reconocimiento por parte de los demás. Constituye el esfuerzo por alcanzar el respeto ante los demás y ante nosotros mismos.

La autoestima no es estática, por el contrario es dinámica, lo que significa que puede crecer, arraigarse, conectarse a otras actitudes personales, pero también puede debilitarse o empobrecerse. Al igual, la autoestima puede variar dentro de los tres componentes, es decir, una persona puede pensar, amar, sentir y comportarse de distintas maneras en diferentes circunstancias.



## **vi. Niveles de Autoestima**

La autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media y 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.

### **d) Autoestima alta**

Molina, Baldares y Maya (1996, p. 30) 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 auto-respeto 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.

Son características de las personas 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 es de alta calidad, esperan realizar grandes trabajos en el futuro y son populares entre los individuos de su misma edad.

#### **e) Autoestima media**

Los individuos con un nivel de autoestima media 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.

#### **f) Autoestima baja**

Las personas con un nivel de autoestima baja 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.

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 (Coopersmith, 1976, p.42).

Tener una autoestima alta no siempre significa que seas aceptado por la sociedad, en diversas ocasiones las personas que irradian una autoestima alta son vistas como pedantes o engolados. Una autoestima alta que sea considerada como sana implica una valoración objetiva y realista de nosotros mismos, aceptándonos tal y como somos y desarrollando sentimientos positivos hacia nosotros mismos y hacia los demás.

## **vii. Importancia de la Autoestima**

El reto de la escuela consiste en educar las nuevas generaciones, y la autoestima también se educa y se desarrolla. La idea del cambio en sí mismo es esencial tanto para los propios maestros como para los estudiantes. Para querer a los demás es necesario aprender a quererse a sí mismo en tanto que cuando uno se quiere más, el mundo lo quiere más y uno quiere más el mundo. Los primeros que debemos cambiar somos los maestros que nunca podemos estar conformes con lo que hacemos y cómo somos, pues tenemos mucho que mejorar dentro de la inmensa obra de paz y justicia social que realizamos (Acosta y Hernández 2004, p.92).

Tener una buena autoestima nos ayuda a: superar los problemas que se presenten, asumir responsabilidades, compromisos y retos, estar motivados para aprender, ser auténticos, ser creativos e innovadores, tener metas y plantearnos actividades encaminadas a cumplir esas metas. Además, nos posibilita relacionarnos adecuadamente con los demás,

Muchas veces ignoramos la importancia de la autoestima en nuestra vida, de ella depende que la persona pueda asumir riesgos, relacionarse con los demás, ser positivo, creativo, productivo y, puedas estar motivado para el logro de metas, sueños y anhelos.

La autoestima se refleja cada día en nuestros actos y pensamientos, aunque a veces pase inadvertida para nosotros mismos. Podemos decir que la autoestima es importante para la persona porque los estudiantes que tienen autoestima alta se hallan en mejor disposición para aprender, tienen mayor capacidad para enfrentar sus fracasos y los problemas que se le presenten, podrá tomar sus propias decisiones, ser creativo para alcanzar sus objetivos y metas y, sobretodo, puede relacionarse mejor con sus pares.

Parafraseando a Nathaniel Branden en su libro “El poder de la Autoestima” (2011), la autoestima positiva se cimienta en dos pilares fundamentales: autoeficacia y autodignidad. La experiencia de la autoeficacia genera el sentido de control en nuestras vidas (bienestar psicológico) y, la experiencia de autodignidad posibilita un sentido benevolente de comunidad con otros individuos, de fraternidad (bienestar social). A partir de ello, podemos afirmar que la autoestima es sentirse bien con uno mismo y con los demás.

#### **viii. Característica de la Alta Autoestima**

Según Romero, et al (2009, p.78), las características de las personas con autoestima positiva son:

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aun cuando encuentre fuerte oposición colectiva, y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.
- 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.

- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.
- No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- 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.
- Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, holgazanear, caminar, estar con amigos, etc.
- Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a medrar o divertirse a costa de los demás.

Además los estudiantes de educación secundaria que tienen un alto sentido de amor propio presentan las siguientes características:

- Demuestran un alto grado de aceptación de sí mismo y de los demás.
- Reconocen sus propias habilidades así como las habilidades especiales de otros.
- Se sienten seguros en su ambiente y en sus relaciones sociales.

- Presentan un sentido de pertenencia y vínculo con los demás.
- Tienen un buen rendimiento académico en la institución educativa secundaria.
- Se sienten bien con sus trabajos, pues confían en sus capacidades para desarrollar las tareas propuestas.
- Cuando se enfrentan a desafíos y problemas responden con confianza y generalmente alcanzan un alto grado de éxito.
- Planifica la vida positivamente en lo relacionado al tiempo y actividades.

La autoestima positiva no consiste en verse como una persona extraordinaria y maravillosa, con cualidades absolutamente excepcionales, a la que todo le va bien y a la que el éxito le acompaña permanentemente. Lo que es verdaderamente importante es tener una percepción y valoración objetivas y positivas de uno mismo y aceptarse como es y con todo lo que es, con sus aspectos positivos y negativos, con sus luces y sombras, con sus logros y sus limitaciones. (Roa, 2013, p.246)

#### **ix. Característica de la Baja Autoestima**

Las personas que tienen una autoestima baja, pueden presentar algunas de las siguientes características:

- Se desprecia de sí mismo y de los demás.
- Se estanca, no acepta la evolución, no ve necesidades, no aprende.
- Tiene problema para relacionarse. Si lo hace es en forma posesiva, destructiva, superficial y efímera.
- Ejecuta su trabajo con insatisfacción, no lo hace bien ni aprende a mejorar.
- Usa sus prejuicios.
- Se siente acorralado, amenazado, se defiende constantemente y amenaza a los demás.

- Dirige su vida a donde otros quieren que vaya, sintiéndose frustrado, enojado y agresivo.
- Inconsciente del cambio, es dirigido en sus valores y se empeña en permanecer estático.
- Se percibe como copia de los demás y no acepta que los otros sean diferentes.
- No conoce sus sentimientos, los reprime, o deforma, no acepta la expresión de sentimientos de los demás.
- No toma decisiones, acepta las de los demás, culpándolos si algo sale mal.
- No acepta que comete errores, o se culpa y no aprende de ellos.
- Diluye sus responsabilidades, no enfrenta su crecimiento y vive una vida mediocre.
- No se autoevalúa, necesita de la aprobación o desaprobación de otros, se la pasa emitiendo juicios de otros.
- Se deja llevar por su instinto, su control está en manos de los demás.
- Maneja su agresividad destructivamente, lastimándose y lastimando a los demás.
- Falta de credibilidad en sí mismo, inseguridad.
- Atribuir a causas internas las dificultades, incrementando las justificaciones personales.
- Sentimiento de culpabilidad.

## **x. Rendimiento Académico**

### **1. Definición**

El rendimiento académico, también denominado rendimiento escolar, proviene del latín “reddere” (restituir, pagar).

Navarro (2003, p. 2-3), afirma: La complejidad del rendimiento académico inicia desde su conceptualización, en ocasiones se le denomina como aptitud escolar,

desempeño académico o rendimiento escolar, pero generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que generalmente, en los textos. La vida escolar y la experiencia docente, son utilizadas como sinónimos.

Si partimos de la definición que el rendimiento escolar es un “nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico”, encontramos que el rendimiento del alumno debería ser entendido a partir de sus procesos de evaluación; sin embargo, la simple medición y/o evaluación de los rendimientos alcanzados por los estudiantes no provee por sí misma todas las pautas necesarias para la acción destinada al mejoramiento de la calidad educativa.

El rendimiento académico es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas escolares del maestro, de los padres de familia y de los mismos estudiantes; el valor de la escuela y el maestro se juzga por los conocimientos adquiridos por los estudiantes.

En tanto que Villegas, Manuel y Manrique Luis (2001, p.134) sostiene que el rendimiento académico es el quantum obtenido por el individuo en determinada actividad académica. El concepto de rendimiento está ligado al de aptitud, y sería el resultado de ésta, de factores volitivos, afectivos y emocionales, además de la ejercitación.

Orbis Cultural (2007, p.8) define al rendimiento académico como la expresión de capacidades y de características psicológicas de los estudiantes desarrollados y actualizados a través del proceso de enseñanza-aprendizaje que le posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un periodo o semestre, que se sintetiza en un calificativo final (cuantitativo en la mayoría de los casos) evaluador del nivel alcanzado.



La educación actual mide el rendimiento académico mediante una escala valorativa reflejada en calificativos o notas, que básicamente miden el aspecto cognitivo de los estudiantes; sin embargo, el ser humano es integral y por lo tanto su experiencia educativa no puede estar marcada por una nota aprobatoria o desaprobatoria. Un estudiante que tenga un calificativo alto no es mejor ni peor persona que un estudiante que tenga nota desaprobatoria.

Siempre hablamos que la evaluación debe ser integral y formadora, pero cuando alejados de ello estamos; por el contrario, los calificativos etiquetan a los estudiantes y los encasillan en grupos de “buenos” y “malos” estudiantes, dejando de lado lo fundamental de la educación la dimensión personal de los estudiantes.

## **2. Factores que influyen en el Rendimiento Académico**

Según Nancy Solano (2010, p.46) los siguientes factores son los que intervienen en el rendimiento académico:

### **d) Factor social**

“El fracaso escolar fue considerado como un déficit personal del sujeto; si el niño no aprendía, era responsabilidad de él, ya sea por situaciones orgánicas o de otras causas, pero la mirada siempre estaba puesta en aquello que el niño no podía y, por lo tanto, lo lograba”. (INIDE, 1975, p.39).

En la actualidad, se piensa que el eje del problema gira alrededor de la escuela. Pero esta es una idea errónea puesto que el centro escolar no se le puede considerar como única entidad educadora, debido a que el niño pasa sólo unas horas en el mismo y eso los días

de clase. El resto de tiempo los niños sufren las influencias de las calles y de la casa. Percibiendo así las funciones de la sociedad.

La irrupción de los medios masivos de comunicación ponen la sociedad postmoderna (televisión, internet, telefonía celular) son elementos que de un modo constante opera en el aprendizaje espontáneo y aun en el sistemático; de esta manera configuran una suerte de saturación informática que hace que ese niño o adolescente, ya en el aula, oiga pero no escuche, vea pero no mire a su profesor, a su tarea y tal vez a su propio rendimiento.

Lo que la sociedad debería plantearse y preguntarse es de que manera llegar al estudiante para lograr en ellos un pensamiento autónomo y reflexivo. La abundancia de información existen en la actualidad y que está a disposición de todos en forma fácil, hace necesitemos estudiantes no acumuladores de conocimientos, sino reflexivos y analíticos de las información puesta en nuestras manos y de la realidad que nos toca vivir, capaces de solucionar sus propios problemas, tomando las decisiones más pertinentes y oportunas.

#### **e) Factor escolar**

El centro educativo se lo considera como una comunidad. En un espacio más reducido, el aula es también una pequeña comunidad en el que no actúa solo el aula es también una pequeña comunidad en la que no actúa solo el profesor sino todos los estudiantes. La situación o status de un alumno en el aula es un factor de adaptación o inadaptación, de satisfacción o frustración, que también influye en el aprendizaje. Debido a que en ocasiones, el niño o adolescente tiene dificultades de integración al grupo, se genera de esta manera en él una coraza impermeable a cualquier tipo de investigación didáctica.

En muchos casos, al estudiante se le asigna un fracaso escolar que no le corresponde ni le es propio; por el contrario, le es totalmente ajeno, y es provocado por un entorno adulto incapaz de generar prácticas pedagógicas ricas en contenidos y saberes significativos que sean útiles para el estudiante.

Algunos teóricos consideran que una de las claves más importantes para aminorar esta problemática consiste en adecuar todas las variables que intervienen en el fracaso del niño en la escuela. De esta manera los profesores contarán con una variedad de estrategias pedagógicas y didácticas que ayuden a mejorar el rendimiento académico de los estudiantes y evitar así el fracaso escolar" (INIDE, 1975, p.39).

En muchos casos, la escuela no le brinda al estudiante el ambiente propicio para el estudio. Al conglomerar una gran cantidad de niños y adolescentes en edad escolar, provenientes de hogares con diferente problemática, de realidades socio económicas distintas e, incluso, hasta de credos religiosos heterogéneos; se convierte en mundo muy plural y complejo al que el docente tiene que impartir conocimientos, con el propósito que todos aprendan.

Ideal sería que las aulas albergaran a pocos estudiantes para el docente pueda elaborar estrategias de aprendizaje personalizadas y así todos aprenderían; pero el modelo competitivo de la escuela hace los estudiantes que presentan dificultades para aprender se vean relegados y condenados a tener bajo calificativos durante su permanencia en las escuelas.

## **f) Factor familiar**

La familia es la influencia más poderosa sobre el niño y el adolescente, pues es la encargada de cuidar, guiar y educar a sus hijos; la educación exige derechos a cumplir los deberes de los padres quienes han de ser plenamente conscientes de la necesidad de educación que tienen sus hijos. Los padres deben proponerse metas en la educación de sus hijos, determinadas a potenciar al máximo la estructura de su personalidad que marca los aspectos de afectividad, inteligencia, moralidad, etc.

A medida que los niños crecen hasta que han traspasado el umbral de la pubertad, los padres ejercen menor influencia sobre ellos, porque cada vez el hijo se siente independiente en algunas de sus decisiones, pero los padres siempre serán sus orientadores para que ellos se mantengan en un equilibrio normal. El ambiente familiar en el que crece y se desarrolla el niño en los primeros años de vida es determinante para su posterior formación.

Dentro del seno de la familia el adolescente realiza el aprendizaje y socialización que le permitirán desenvolverse y participar en la sociedad de manera adecuada. Pero cuando la familia es disfuncional o presenta problemas de diversa índoles, es también el niño y el adolescente los que absorben estos problemas y marcan su personalidad y carácter para el resto de su existencia. Entiéndase que la disfuncionalidad familiar no solo está referida a la ausencia de uno de los padres, sino también cuando uno de los padres no cumple a cabalidad el rol que le toca desempeñar, a problemas como el alcoholismo, el machismo, el maltrato, entre otras.

Es necesario que las relaciones afectivas y comunicacionales entre padres e hijos se cuiden a diario. Parece ser la angustia constante para algunos padres el hecho de pasar

muy poco tiempo con sus hijos, cuando lo verdaderamente imprescindible es que el tiempo que se les dedique sea de calidad para ambos y, en especial, para los adolescentes. (INIDE, 1975, p.42).

### **3. Pautas para mejorar el Rendimiento Académico**

Muchos son los autores y las recetas para incrementar el rendimiento académico en los estudiantes; sin embargo, de acuerdo, a la experiencia docente se puede afirmar que las siguientes actividades contribuyen a elevar el rendimiento académico:

- Fomentar en los estudiantes una alta autoestima.
- Contribuir en la resolución de conflictos personales mediante la orientación y comprensión, de ser necesario recurrir al apoyo psicológico.
- Motivar al estudiante a realizar actividades orientadas al logro de sus metas y objetivos, y a persistir en ellas.
- Enseñar métodos y técnicas de estudio a los estudiantes, creando en ellos hábitos de estudio.
- Cambiar las creencias de los estudiantes que lo limitan por otras constructivas: “No puedo aprobar” por “Apruebo”; “Eso no me gusta” por “Me gusta”; “Estudiar eso es un rollo”; por “Estudiar es divertido”; “No soy capaz” por “Soy capaz”; “Se me hace muy cuesta arriba” por “Es sencillo”; “Demasiado para mí” por “Puedo con ello”, entre otras.
- Fomentar una actitud positiva ante el trabajo, clases y estudio.
- Enseñar a organizar el tiempo libre de los estudiantes.

Para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes no solo basta con cambiar o mejorar la parte emocional y el entorno del estudiante. También la forma como es

concebida la escuela y la sociedad deben de cambiar. No puede estar la educación de espaldas a la realidad cambiante de los últimos años, tampoco puede estar ligada a políticas arcaicas que rigen nuestra purulenta sociedad. Necesitamos tener una educación moderna cuyo ideal sea la formación de ciudadanos críticos y reflexivos, capaces de construir una sociedad modernas, más justa e igualitaria, puesto que el desarrollo de una nación no se mide por su ingreso per cápita, sino por el grado de bienestar que puede alcanzar la población y ese bienestar se logra con educación, salud e igualdad de oportunidades para todos.

## **xi. Desintegración Familiar**

### **1. La Familia**

La familia, es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado (Declaración Universal de los Derechos Humanos, 1948, p.34).

La palabra se derivada del término *famulus*, que significa “siervo, esclavo”, o incluso del latín *fames* (hambre) “Conjunto de personas que se alimentan juntas en la misma casa y a los que un *pater familia* (padre de familia) tiene la obligación de alimentar”. Bajo esta concepción se presumía la inclusión de la esposa y de los hijos del *pater familia*, a quien legalmente pertenecían en cualidad similar a un objeto de su propiedad, hasta que como concepto integrador (de cognados –vinculados por lazos de sangre- y agnados –con vínculos civiles-), acabó siendo subsumido y reemplazado inicialmente por la conceptualización y forma grupal de la *gens*, que históricamente precedió a otras formas más avanzadas como las familias punalúa, sindiásmica, poligámica, poligámica, monogámica y la actual o posmoderna; todas ellas con características organizativas distintas pero siempre conceptualizadas de manera similar. (Oliva y Villa, 2013, p. 12)

La familia se constituye en el primer contexto socializador e integrador con el medio exterior de los niños, pues en el seno familiar aprende la noción de ser humano, de persona; pero fundamentalmente aprende patrones de afectividad que marcará toda su vida y la relación que tenga con los demás. La familia se convierte en una huella indeleble para los niños (as).

La familia actual ha cambiado. Por un lado, la forma cómo se aprecia y valora el matrimonio, ya no es la misma, mientras que en las últimas décadas del siglo pasado, el matrimonio se veía como un compromiso indisoluble, actualmente no es así, muchas familias se forman después de la convivencia de algunos de sus miembros con otras parejas, o simplemente, ante la imposibilidad de casarse, las madres crían a sus hijos desde su soltería.

Por otro lado, las carencias económicas han hecho que los miembros de la familia trabajen y muchos de estos trabajos son a sobre tiempo. Esto genera que la familia pase poco tiempo reunida, que cada vez compartan menos momentos y, por ende, el sentido de pertenencia y de unión familiar desaparezcan. Sin embargo, lo más preocupante de esta situación, es que la familia deja de cumplir con su rol educador y socializador primordial en sus hijos; los niños crecen acompañados de la televisión o a temprana edad participan del círculo amical que le brinda el entorno, a los cuales, muchas veces, llegan en busca del afecto que no encuentran en casa.

## **2. Desintegración Familiar**

Tradicionalmente se ha dicho que desintegración familiar es la separación física de los cónyuges; esto es cierto, pero la separación no solo debe verse como un distanciamiento físico, sino también espiritual. Si el padre o la madre no se preocupan

por el bienestar de sus hijos, si los hijos no se relacionan cordialmente con los padres, si los cónyuges no se llevan bien ni se respetan; hay desintegración familiar.

Idealmente el grupo familiar debe estar compuesto por el padre, la madre y los hijos; sin embargo, existen familias en las cuales falta alguno de los miembros, considerándose en este caso como una familia desintegrada. De tal manera que la desintegración familiar puede definirse como el rompimiento de la unidad familiar; puesto que se da la disolución o el rompimiento de su estructura de funciones sociales, tal como lo es la familia, cuando uno o más de sus miembros dejan de desempeñar adecuadamente sus obligaciones funcionales (Cavan, 1967, p.482).

El hogar es la integración de dos o más personas: padre, madre e hijos, quienes se encuentran emocional y armónicamente unidos. Sin embargo, si los miembros de la familia no son capaces de sobrellevar los problemas y presiones que pueden sufrir y estar expuestos al hogar, indiscutiblemente la institución hogareña se será destruida.

“Es un proceso que culmina con la ruptura de los vínculos, principalmente afectivos, que mantiene unido a los esposos o estos con sus hijos y a estos últimos unidos entre sí. El aflojamiento de tales vínculos, las tensiones y conflictos entre los miembros de una familia pueden conducir a una ruptura que puede ser parcial o total” (Muñoz y Vallejo, 1968, p.347).

Los miembros de una familia pueden vivir bajo el mismo techo, pero estar separados a la vez. La disfuncionalidad del grupo familiar no sólo depende de la falta de entendimiento entre sus miembros, sino que pueden intervenir factores externos. Una familia no puede vivir integrada sino tiene una vivienda cómoda, si los padres no poseen



un trabajo permanente y bien remunerado, si no poseen atención médica, educación, etc., que como consecuencia puede provocar desintegración familiar.

En efecto cuando la sociedad niega los derechos a una familia, esta puede desintegrarse, lo cual puede traer como consecuencia otros problemas sociales como: la delincuencia, drogadicción, analfabetismo, prostitución, entre otros.

### **3. El rol de los padres en el proceso de autoestima**

“No se trata de querer al niño, sino, además, de que él se sienta querido”. (Tenemos que hacerle llegar nuestros sentimientos, que se sienta capaz, admirado y digno de respeto para que esos sentimientos formen parte de su imagen).

El niño, al nacer, no sabe diferenciar su propio ser del de las personas de su entorno; piensa que es un continuo, una sola persona. Evolutivamente va descubriéndose a sí mismo separado de los demás. Antes de utilizar un lenguaje, va constituyendo una imagen de sí mismo a partir del trato que recibe; los gestos, los tonos, la forma de hablarle, la mirada, la forma de vararle, de tocarle... le van dando pista del lugar que ocupa entre esas personas tan importantes para él. Por tanto, la autoestima no es innata, se construye y define a lo largo del desarrollo por la influencia de las personas significativas del medio familiar, escolar y social, y como consecuencia de las experiencias de éxito y fracaso.

Los padres, los hermanos y los amigos tienen una importancia primordial para hacer de espejo a la imagen del niño. A medida que crece irán adquiriendo importancia los adultos ajenos a la familia: profesores, líderes de sus aficiones... que le darán o quitarán valía según sus propias evaluaciones, tanto más cuanto más idealizados los tenga (Roa, 2013, p.248).

La familia ha perdido muchas funciones que la caracterizan años atrás debido al cambio social que se experimenta; sin embargo, la familia aún desempeña funciones tan íntimas y propias que la sociedad actual jamás podría reemplazar. Dentro de las funciones afectivas de la familia, la más fundamental es su capacidad de dar al niño(a) una identidad personal, brindándole el apoyo personal necesario para confiar en plenamente en los otros miembros. Esta función afectiva de la familia nunca podrá desempeñarla la sociedad, garantizando de esta forma la supervivencia constante de la familia en la humanidad.

#### **4. Causas de la Desintegración Familiar**

El problema de la desintegración familiar se presenta en medida en que la disfuncionalidad de una estructura existe, no puede desempeñar con eficacia su finalidad, creando así un desequilibrio en su interrelación con las demás estructuras sociales. Por consiguiente, la crisis familiar está vinculada directamente con la crisis social actual.

Barrios Cáceres (1984, p.78-80) señala como causas principales de la desintegración de un hogar:

##### **k) Falta de comunicación**

Puesto que se ha dado por considerar a la comunicación como un factor único y el más importante que afecta a la salud de una persona y sus relaciones con los demás. En una pareja, la falta de comunicación llega a producir dudas y se convierte en una relación estéril y sin vida, tal eventualidad trae consigo el aburrimiento mutuo y esto conduce a la indiferencia, siendo una causa de la desintegración de la pareja.

#### **l) Pérdida de objetivos comunes**

Cuando los intereses de la pareja se modifican y se convierten en objetivos personales, se crea u origina una pérdida de objetivos que fueron planteados para realizarse en común. Es decir, las cosas o situaciones que ambos cónyuges realizaron en común y que antes era motivo de unión y acercamiento, cuando se convierten en objetivos personales, esto produce un distanciamiento y pérdida de metas establecidas para lograrlas en común.

#### **m)Disparidad de roles**

En esta situación, la pareja resulta con motivaciones personales, amistades no comunes, hábitos y actitudes diferentes. Es decir, cada uno se encuentra inmerso en diferentes motivaciones que si se complementan causando rompimientos que generalmente terminan en la desintegración familiar.

#### **n) Falta de comprensión**

Esta es provocada por la falta de diálogo en el planteamiento y solución de los problemas que afronta la pareja, por esta razón es que cada uno debe estar dispuesto y atento a establecer un buen diálogo que defina con claridad los problemas y plantear una solución adecuada, tomando en cuenta ambos puntos de vista para poder asumir una mejor solución.

#### **o) Falta de unidad en la toma de decisiones**

Este es un aspecto primordial y básico en la pareja. Sin embargo, para muchos, esto se convierte en una lucha a gritos y silenciosa sobre quien tiene el derecho de decirle al otro lo que debe de hacer.

Esta experiencia desarrolla cada vez más una fuerte sensación de tiranía en la que se van disipando los sentimientos de amor hasta dejar de existir.

**p) Falta de respeto a la personalidad del cónyuge**

Cuando la pareja toma actitudes negativas con respecto a su cónyuge, expresándose mal y en forma lujuriosa y sarcástica del otro, está asumiendo una falta de respeto que los lleva muchas veces hasta la agresión física.

**q) Diferencia de lugares de procedencia**

Cuando los cónyuges provienen de regiones diferentes traen consigo costumbres propias que al unirse a las de otro crean diferencias. El problema se acentúa si a uno le incomoda lo que hace el otro o si trata de imponer su estilo de vida. Puede que las relaciones se debiliten de tal forma que las diferencias se hagan insalvables.

**r) Diferencia de clases sociales**

Cuando uno de los cónyuges viene de familia con mayores recursos económicos que el otro está acostumbrado a ciertas comodidades que deja de tenerlas en el nuevo hogar. Aunque en la etapa de enamoramiento se piensa que ello no interesa, a la larga siempre trae problemas en el seno familiar.

**s) Diferencia de nivel cultural**

Si uno de los esposos tiene profesión y el otro surgen problemas en el hogar. La vida profesional de uno hace que tenga otras responsabilidades y que deje de compartir momentos con su pareja. Además, puede que el profesional trate de humillar al otro.

#### **t) Infidelidad por uno de los cónyuges**

Esta es una de las causas más frecuentes y más serias que llevan a la pareja a la ruptura de la armonía matrimonial.

Para que se logre una fidelidad en la pareja, ambos deben obrar para conseguirla, a base de tacto, prudencia, de necesitarse uno de otro, de mantener el respeto, el amor, la comunicación fluida, salir de la monotonía que te puede la vida, el brindar un tiempo para la pareja y la unión como pareja. Si por el contrario no existen estos elementos armónicos en la pareja es muy posible que exista un rompimiento de los vínculos matrimoniales.

#### **b. Definición de Términos Básicos**

##### **i. Autoestima**

Es la valoración, generalmente positiva, de uno mismo. Para la psicología se trata de una opinión emocional que los individuos tienen de sí mismos y que supera en sus causas la racionalización y la lógica. En otras palabras, la autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que forman la personalidad.

##### **ii. Talleres de Autoestima**

Conjunto de actividades debidamente programadas encaminadas a elevar el nivel de autoestima de los estudiantes, a partir de la valoración personal y el autoconcepto.

##### **iii. Rendimiento Académico**

Hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de un periodo académico. En otras palabras, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno.

#### **iv. Familia**

La familia es el elemento natural, universal y fundamental de la sociedad, tiene derecho a la protección de la sociedad y el Estado. La familia está unida por vínculos de afinidad y de consanguinidad. La familia se funda en la unión entre un hombre y una mujer, a través del matrimonio.

#### **v. Desintegración Familiar**

Es el rompimiento de la unidad familiar, lo que significa que uno o más miembros dejan de desempeñar adecuadamente sus obligaciones o deberes, debida a factores como la migración a la ciudad, los divorcios o separaciones, las adicciones, los problemas económicos, entre otros factores (Muñoz y Vallejo, 1995, p.347)

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1. Tipo del diseño del estudio**

Teniendo en cuenta la acción de las variables a estudiar, el presente trabajo de investigación es de tipo experimental, con diseño pre experimental, puesto que se trabajó con un solo grupo.

Al grupo se le aplicó el Inventario de Autoestima de Coopersmith para determinar su nivel de autoestima, luego se desarrollaron cinco talleres de autoestima y, finalmente, se aplicó el mismo inventario, para determinar el éxito de los talleres.

Para comprobar la hipótesis se siguieron los siguientes pasos:

- 1° Se determinó cada una de las variables de estudio en forma independiente.
- 2° Se analizó la relación existente entre ambas variables.
- 3° Al grupo de la muestra seleccionada se les hizo cinco talleres de autoestima.
- 4° Se realizó el análisis inferencial de los datos obtenidos en la muestra, utilizando la prueba t de student para muestras emparejadas.
- 5° Finalmente, se elaboraron las respectivas conclusiones y deducciones generales del estudio.

#### **3.2. Población**

La población en estudio está constituido por los estudiantes de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, distrito de Jesús, provincia de Cajamarca, matriculados y asistentes para el periodo académico 2014. El Universo estadístico está formado por 342 estudiantes. Así  $N = 342$ .

### **3.3. Muestra**

La muestra en estudio está formada por los estudiantes de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, distrito de Jesús, provincia de Cajamarca, que presentan bajo rendimiento académico en las áreas de Matemática y Comunicación, que proceden de hogares desintegrados.

De acuerdo a los objetivos de la investigación, por la accesibilidad y naturaleza de la información, la muestra estadística seleccionada es una “muestra de juicio o no aleatoria” llamada también por “conveniencia”, correctamente evaluada por la teoría del muestreo (Hernández, et al. 1997, p.213). Así, ella es representativa y está conformada por 35 estudiantes. Así,  $n = 35$ .

Teniendo en cuenta el tema de investigación, para seleccionar la muestra por conveniencia se ha tomado dos criterios: que los estudiantes tengan bajo rendimiento académico en las áreas de Matemática y Comunicación; es decir, que estén desaprobados en ambas áreas o por lo menos en una; y que provengan de hogares desintegrados.

### **3.4. Unidad de Análisis**

Está constituida por cada uno de los estudiantes de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, distrito de Jesús, provincia de Cajamarca que asistieron a los Talleres de Autoestima programados, como parte de la investigación.

### **3.5. Control de calidad de datos**

Antes de empezar la investigación se elaboró una Encuesta Piloto, la cual sirvió para verificar su operatividad y/o funcionalidad, Dicha encuesta se aplicó a muestra de 15



estudiantes, los resultados nos permitió reformular algunos ítems que parecieron ser subjetivos, luego se editó el instrumento final.

### 3.6. Operacionalización de las Variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos	Valoración
V.I. Autoestima	Es un sentimiento valorativo de nuestro ser, de quiénes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.	La autoestima se hace operativa mediante la aplicación del inventario de autoestima de Coopersmith (entrada y salida).	Ego general. Social – compañeros. Hogar – padres. Académico – colegio.	Ítems de la encuesta de Coopersmith	Cuestionario de Coopersmith	Alta Media Baja
V.D. Rendimiento Académico	En otras palabras, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno.	El rendimiento académico se hace operativo mediante las calificaciones en las áreas de matemática y comunicación, obtenidas en el primer y segundo trimestre que se registran en la libretas de notas del año 2014	Matemática Comunicación	Promedio del I y II trimestre, correspondiente a las áreas de Matemática y Comunicación, del año lectivo 2014	Libretas de Notas	Aprobados Desaprobados

### 3.7. Técnica y Procedimiento de recolección de datos

El procesamiento de datos se efectuará de la siguiente manera:

- Se seleccionaron la muestra correspondiente a los estudiantes que presentan bajo rendimiento académico en las áreas de matemática y comunicación, correspondientes al primer trimestre, según Libretas de Evaluación.

- Se suministró una Encuesta a los estudiantes que nos permitió identificar la existencia de familias integradas y desintegradas por la presencia o ausencia de los padres, respectivamente, o porque éstos no cumplen a cabalidad sus roles dentro del hogar.
- A los estudiantes seleccionados en la muestra se les brindó cinco talleres de autoestima durante los meses de junio a agosto y se revisó su rendimiento académico en las áreas de matemática y comunicación, en las libretas de Evaluación del segundo trimestre.
- Finalmente, se procedió a comparar los resultados obtenidos en la prueba de entrada y salida mediante el inventario de Coopersmith, para determinar el incremento de la autoestima en los estudiantes asistentes y así determinar el éxito de los talleres.
- De igual modo se compararon los resultados de los promedio obtenidos por cada estudiante en las áreas de Matemática y Comunicación, correspondiente al primer y segundo trimestre, con lo que se determinó el incremento del rendimiento académico.

### **3.8. Presentación y análisis de datos**

La presentación y análisis de los datos a obtener serán, fundamentalmente, mediante tablas estadísticas simples y tablas estadísticas de contingencia.

Se aplicó la prueba t de student para medidas de dos muestras emparejadas, cuyos resultados se presentan el próximo capítulo.

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS Y PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

El bajo rendimiento académico de los estudiantes siempre es y será una preocupación para todas las personas inmersas en la labor educativa. Las causas de este problema son diversas, entre ellas tenemos los bajos niveles de autoestima de los estudiantes, en especial de los provenientes de hogares desintegrados, puesto que la falta de los progenitores ocasiona en los estudiantes escasez de amor, inseguridad, falta de deseos de superación, metas claras, poca comunicación, entre otras; que se ven reflejadas en el estudio y los bajos calificativos obtenidos por ellos.

TABLA 1. Estudiantes provenientes de Hogares Integrados y Desintegrados en la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, 2014.

Estudiantes provenientes de Hogares Integrados		Estudiantes provenientes de Hogares Desintegrados		TOTAL	
Nº	(%)	Nº	(%)	Nº	(%)
274	80.12	68	19.88	342	100.00

Fuente: Encuesta elaborada por la investigadora, aplicada el 02/06/2014.

En la Tabla 1 se observa que el número de estudiantes participantes de la investigación son 342 que representan al 100.00%, de los cuales 274 estudiantes provienen de hogares integrados que representan al 80.12 % y 68 estudiantes provienen de hogares desintegrados que representa al 19.88%.

TABLA 2. Estudiantes provenientes de hogares desintegrados aprobados y desaprobados en Matemática y Comunicación de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, 2014 – Primer Trimestre

	Rendimiento Académico				TOTAL	
	Aprobados		Desaprobados		N°	(%)
	N°	(%)	N°	(%)		
Estudiantes provenientes de Hogares Desintegrados	33	48.53	35	51.47	68	100.00

Fuente: Libreta de Notas de los Estudiantes, correspondientes al Primer Trimestre.

Dentro de los estudiantes que provienen de hogares desintegrados, el 48.53 % de los estudiantes tienen notas aprobatoria tanto en matemática como en comunicación, el y el 51.47% de los estudiantes tienen las dos áreas o un área desaprobada; ello se puede corroborar con los calificativos obtenidos en Matemática y Comunicación, en las libretas de notas, correspondientes al Primer Trimestre.

TABLA 3. Resultados de la aplicación del Inventario de Autoestima de Coopersmith, en los estudiantes participantes en los Talleres de Autoestima.

	Resultados		Incremento (+)	
	Entrada	Salida	Puntos	Porcentaje
Estudiante 1	24.00	70.00	46.00	191.67
Estudiante 2	48.00	84.00	36.00	75.00
Estudiante 3	44.00	74.00	30.00	68.18
Estudiante 4	60.00	74.00	14.00	23.33
Estudiante 5	56.00	90.00	34.00	60.71
Estudiante 6	48.00	74.00	26.00	54.17
Estudiante 7	60.00	78.00	18.00	30.00
Estudiante 8	52.00	76.00	24.00	46.15

Estudiante 9	50.00	80.00	30.00	60.00
Estudiante 10	44.00	76.00	32.00	72.73
Estudiante 11	40.00	78.00	38.00	95.00
Estudiante 12	50.00	78.00	28.00	56.00
Estudiante 13	62.00	78.00	16.00	25.81
Estudiante 14	50.00	78.00	28.00	56.00
Estudiante 15	54.00	80.00	26.00	48.15
Estudiante 16	44.00	74.00	30.00	68.18
Estudiante 17	46.00	76.00	30.00	65.22
Estudiante 18	54.00	78.00	24.00	44.44
Estudiante 19	46.00	72.00	26.00	56.52
Estudiante 20	38.00	70.00	32.00	84.21
Estudiante 21	50.00	78.00	28.00	56.00
Estudiante 22	48.00	78.00	30.00	62.50
Estudiante 23	44.00	78.00	34.00	77.27
Estudiante 24	50.00	76.00	26.00	52.00
Estudiante 25	52.00	78.00	26.00	50.00
Estudiante 26	46.00	78.00	32.00	69.57
Estudiante 27	44.00	84.00	40.00	90.91
Estudiante 28	44.00	80.00	36.00	81.82
Estudiante 29	40.00	82.00	42.00	105.00
Estudiante 30	54.00	78.00	24.00	44.44
Estudiante 31	54.00	84.00	30.00	55.56
Estudiante 32	50.00	82.00	32.00	64.00
Estudiante 33	48.00	86.00	38.00	79.17
Estudiante 34	48.00	82.00	34.00	70.83
Estudiante 35	40.00	78.00	38.00	95.00
Promedio	48.06	78.29	30.23	66.73

Fuente: Aplicación del Inventario de Autoestima de Coopersmith. Entrada 24/06/2014. Salida 28/08/2014

Se ha aplicado a los estudiantes el Inventario de Autoestima de Coopersmith, antes de iniciar el taller (entrada) y una vez finalizado el mismo (salida). De acuerdo a los resultados, se ha logrado determinar que todos los estudiantes han mejorado su autoestima, en forma positiva.

El menor incremento es de 14 puntos, correspondiente al sujeto cuatro y el mayor incremento es de 46 correspondiente al sujeto uno. El promedio aritmético de incremento de los resultados entre el entrada y el salida es de 30.23 puntos y, el porcentaje en

promedio en que los estudiantes mejoraron su autoestima, con respecto al pre y salida es de 66.73%

De acuerdo a los datos obtenidos, la mayoría de estudiantes tuvieron un incremento significativo en su autoestima.

TABLA 4. Calificativos obtenidos en el área de Matemática, por los estudiantes participantes en los talleres de autoestima, durante el I y II trimestres.

	Matemática		Variación	
	I Trimestre	I Trimestre	Puntos	Porcentaje
Estudiante 1	10	12	2	10
Estudiante 2	11	14	3	15
Estudiante 3	11	13	2	10
Estudiante 4	09	13	4	20
Estudiante 5	09	11	2	10
Estudiante 6	10	11	1	5
Estudiante 7	10	14	4	20
Estudiante 8	09	11	2	10
Estudiante 9	11	13	2	10
Estudiante 10	10	11	1	5
Estudiante 11	11	12	1	5
Estudiante 12	11	12	1	5
Estudiante 13	09	13	4	20
Estudiante 14	09	10	1	5
Estudiante 15	11	13	2	10
Estudiante 16	11	14	3	15
Estudiante 17	10	13	3	15
Estudiante 18	12	13	1	5
Estudiante 19	09	13	4	20
Estudiante 20	10	10	0	0
Estudiante 21	11	13	2	10
Estudiante 22	10	12	2	10
Estudiante 23	12	14	2	10
Estudiante 24	09	13	4	20
Estudiante 25	11	13	2	10
Estudiante 26	10	12	2	10
Estudiante 27	11	13	2	10

Estudiante 28	10	11	1	5
Estudiante 29	10	09	-1	-5
Estudiante 30	09	11	2	10
Estudiante 31	11	13	2	10
Estudiante 32	10	14	4	20
Estudiante 33	10	11	1	5
Estudiante 34	09	11	2	10
Estudiante 35	10	13	3	15
<b>Promedio</b>	<b>10.17</b>	<b>12.26</b>	<b>2.09</b>	<b>10.43</b>

Fuente: Libreta de Notas de los Estudiantes, correspondientes al I y II Trimestre. Revisados: I trimestre

20/06/2014. II Trimestre 24/10/2014

El promedio obtenido en el área de matemática en el primer trimestre es de 10.17 y en el segundo trimestre es de 12.26; lo que evidencia una mejoría en el rendimiento académico de 2.09 puntos en promedio que equivalen al 10.43 %.

De los 35 estudiantes, un estudiante no ha incrementado su promedio, pues en el primer y segundo trimestre ha obtenido el calificativo de 10; sin embargo su autoestima ha incrementado de 38 a 70 puntos, por lo que el problema del bajo rendimiento académico en matemática, se debe a otros factores.

Asimismo, un estudiante ha disminuido su promedio en el segundo trimestre en comparación con el primero de 10 a 09; pero su autoestima ha pasado de 40 a 82; por lo que el problema del bajo rendimiento académico en matemática, se debe a otros factores.

Cabe indicar que algunos estudiantes presentan notas aprobatorias en el área de matemática, mas su presencia en la investigación se debe a que tienen calificativos desaprobatorios en comunicación.

TABLA 5. Calificativos obtenidos en el área de Comunicación, por los estudiantes participantes en los talleres, durante el I y II trimestres

	Comunicación		Variación	
	I Trimestre	I Trimestre	Puntos	Porcentaje
Estudiante 1	10	14	4	20
Estudiante 2	09	16	7	35
Estudiante 3	09	14	5	25
Estudiante 4	09	11	2	10
Estudiante 5	08	10	2	10
Estudiante 6	09	13	4	20
Estudiante 7	10	13	3	15
Estudiante 8	12	12	0	0
Estudiante 9	07	13	6	30
Estudiante 10	11	12	1	5
Estudiante 11	09	12	3	15
Estudiante 12	06	12	6	30
Estudiante 13	10	14	4	20
Estudiante 14	10	13	3	15
Estudiante 15	07	14	7	35
Estudiante 16	08	13	5	25
Estudiante 17	09	14	5	25
Estudiante 18	09	13	4	20
Estudiante 19	11	14	3	15
Estudiante 20	10	12	2	10
Estudiante 21	09	15	6	30
Estudiante 22	11	13	2	10
Estudiante 23	10	12	2	10
Estudiante 24	11	13	2	10
Estudiante 25	10	13	3	15
Estudiante 26	11	13	2	10
Estudiante 27	09	12	3	15
Estudiante 28	11	14	3	15
Estudiante 29	11	12	1	5
Estudiante 30	11	14	3	15
Estudiante 31	08	14	6	30
Estudiante 32	10	13	3	15
Estudiante 33	10	13	3	15
Estudiante 34	08	13	5	25
Estudiante 35	10	13	3	15
<b>Promedio</b>	<b>9.51</b>	<b>13.03</b>	<b>3.51</b>	<b>17.57</b>

Fuente: Libreta de Notas de los Estudiantes, correspondientes al I y II Trimestre. Revisados: I trimestre



El promedio obtenido en el área de comunicación en el primer trimestre es de 9.51 y en el segundo trimestre es de 13.03; lo que evidencia una mejoría en el rendimiento académico de 3.51 puntos en promedio que equivalen al 17.57 %.

De los 35 estudiantes, un estudiante no ha incrementado su promedio, pues en el primer y segundo trimestre ha obtenido el calificativo de 12; sin embargo su autoestima ha incrementado de 52 a 76 puntos, por lo que el problema del bajo rendimiento académico en comunicación, se debe a otros factores.

Cabe indicar que este estudiante presenta nota aprobatoria en el área de comunicación, mas su presencia en la investigación se debe a que tienen calificativos desaprobatorios en matemática.

TABLA 6. Promedio de Notas del área de Matemática, correspondiente al I y II Trimestre, de los estudiantes participantes en el Taller de Autoestima.

Promedio		Variación	Porcentaje
I Trimestre	II Trimestre	promedio	
10.17	12.26	2.09	10.43

Fuente: Libreta de Notas de los Estudiantes, correspondientes al I y II Trimestre. Revisados:

I trimestre 20/06/2014. II Trimestre 24/10/2014

El promedio de notas en el área de Matemática entre el primer y segundo trimestre se ha incrementado en 2.09 puntos en promedio, lo que representa un incremento de 10.43%.

TABLA 7. Promedio de Notas del área de Comunicación, correspondiente al I y II Trimestre, de los estudiantes participantes en el Taller de Autoestima.

Promedio		Variación	Porcentaje
I Trimestre	II Trimestre		
9.51	13.03	3.51	17.57

Fuente: Libreta de Notas de los Estudiantes, correspondientes al I y II Trimestre. Revisados:

I trimestre 20/06/2014. II Trimestre 24/10/2014

El promedio de notas entre el primer y segundo trimestre en el área de Comunicación ha variado en 3.51 puntos en promedio, lo que representa un incremento de 17.57 %

Los calificativos obtenidos por los estudiantes durante el primer y segundo trimestre fueron promediados y los promedios se compararon para determinar si los estudiantes han incrementado o no sus promedios. De acuerdo a estos resultados se determinados parámetros de comparación para determinar cuántos estudiantes no han incrementado su promedio, cuántos si lo han hecho y, en qué valor ha sido su incremento.

TABLA 8. Análisis estadístico de los resultados de la aplicación del Inventario de Coopersmith para autoestima (entrada y salida)

	ENTRADA	SALIDA	Diferencia Autoestima
Media	48.06	78.29	30.23
Desviación estándar	7.121	4.260	6.907
Varianza	50.703	18.151	47.711
Asimetría	-0.805	0.422	-0.157
Curtosis	2.825	0.829	0.461
Mínimo	24	70	14
Máximo	62	90	46

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

TABLA 9. Análisis estadístico de los calificativos obtenidos en el área de matemática durante el primer y segundo trimestre 2014

	Matemática I Trimestre	Matemática II Trimestre	Diferencia Matemáticas
Media	10.17	12.26	2.09
Desviación estándar	0.985	1.291	1.197
Varianza	0.970	1.667	1.434
Asimetría	0.028	-0.599	-0.065
Curtosis	-0.464	-0.319	0.200
Mínimo	8	9	-1
Máximo	12	14	4

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

TABLA 10. Análisis estadístico de los calificativos obtenidos en el área de comunicación durante el primer y segundo trimestre 2014

	Comunicación Trimestre	Comunicación II Trimestre	Diferencia Comunicación
Media	9.51	13.03	3.51
Desviación estándar	1.946	1.124	2.188
Varianza	3.787	1.264	4.787
Asimetría	0.079	-0.059	0.310
Curtosis	-0.668	1.354	-0.899
Mínimo	6	10	0
Máximo	13	16	8

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

Tabla 11. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para los resultados de la aplicación del Inventario de Coopersmith para autoestima (entrada y salida)

		ENTRADA	SALIDA	Diferencia Autoestima
N		35	35	35
Parámetros normales <sup>a,b</sup>	Media	48.06	78.29	30.23
	Desviación estándar	7.121	4.260	6.907
Máximas diferencias extremas	Absoluta	0.142	0.212	0.099
	Positivo	0.107	0.212	0.085
	Negativo	-0.142	-0.159	-0.099
Estadístico de prueba		0.142	0.212	0.099
Sig. asintótica (bilateral)		,073 <sup>c</sup>	,071 <sup>c</sup>	,200 <sup>c,d</sup>

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

d. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Tabla 12. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para los calificativos obtenidos en el área de matemática durante el primer y segundo trimestre 2014

		Matemática I Trimestre	Matemática II Trimestre	Diferencia Matemáticas
N		35	35	35
Parámetros normales <sup>a,b</sup>	Media	10.17	12.26	2.09
	Desviación estándar	0.985	1.291	1.197
Máximas diferencias extremas	Absoluta	0.198	0.260	0.243
	Positivo	0.198	0.149	0.243
	Negativo	-0.174	-0.260	-0.186
Estadístico de prueba		0.198	0.260	0.243
Sig. asintótica (bilateral)		,081 <sup>c</sup>	,051 <sup>c</sup>	,064 <sup>c</sup>

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

Tabla 13. Prueba de Kolmogorov-Smirnov para los calificativos obtenidos en el área de comunicación durante el primer y segundo trimestre 2014

		Comunicación I Trimestre	Comunicación II Trimestre	Diferencia Comunicación
N		35	35	35
Parámetros normales <sup>a,b</sup>	Media	9.51	13.03	3.51
	Desviación estándar	1.946	1.124	2.188
Máximas diferencias extremas	Absoluta	0.116	0.204	0.164
	Positivo	0.116	0.196	0.164
	Negativo	-0.113	-0.204	-0.101
Estadístico de prueba		0.116	0.204	0.164
Sig. asintótica (bilateral)		,200 <sup>c,d</sup>	,091 <sup>c</sup>	,078 <sup>c</sup>

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

TABLA 14. Estadísticos de muestras emparejadas

		Media	N	Desviación estándar	Media de error estándar
Autoestima	SALIDA	78.29	35	4.260	0.720
	ENTRADA	48.06	35	7.121	1.204
Matemática	II Trimestre	12.26	35	1.291	0.218
	I Trimestre	10.17	35	0.985	0.166
Comunicación	II Trimestre	13.03	35	1.124	0.190
	I Trimestre	9.51	35	1.946	0.329

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

TABLA 15. Correlaciones de muestras emparejadas

		N	Correlación	Sig.
Autoestima	SALIDA & ENTRADA	35	0.348	0.040
Matemática	II Trimestre & I Trimestre	35	0.473	0.004
Comunicación	II Trimestre & I Trimestre	35	0.060	0.731

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

TABLA 16. Prueba de muestras emparejadas

		Diferencias emparejadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia				
					Inferior	Superior			
Autoestima	SALIDA & ENTRADA	30.229	6.907	1.168	27.856	32.601	25.891	34	0.000
Matemática	II Trimestre & I Trimestre	2.086	1.197	0.202	1.674	2.497	10.306	34	0.000
Comunicación	II Trimestre & I Trimestre	3.514	2.188	0.370	2.763	4.266	9.503	34	0.000

Fuente: Valores determinados por el software SPSS versión 19.

Al analizar las tablas N° 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16 observamos que el valor de prueba de Kolmogorov-Smirnov para muestras emparejadas tiene un intervalo de 95%; entre el entrada y el salida se obtuvo una media de 30.23 y en la desviación típica de 6.907; en el intervalo de confianza para la diferencia inferior es de 27.856 y para el superior es de 32.601 siendo la diferencia de 4.745; t (tabular) es de 25.891; gl (grado de libertad) es de 34 y la significancia bilateral es de 0,000 que es menor al parámetro 0,05 de confianza; esto indica que la aplicación Talleres para incrementar la autoestima ha influido en el rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, que provienen de hogares desintegrados. En consecuencia se acepta la hipótesis (Hi) de investigación y se rechaza la hipótesis nula (Ho).

## DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la presente investigación se ha logrado establecer una relación directa entre autoestima y rendimiento académico; por lo que se responde afirmativamente la hipótesis planteada: la aplicación de un programa de talleres de autoestima sí contribuyen al mejoramiento del rendimiento académico en las áreas de matemática y comunicación de estudiantes que provienen de hogares desintegrados. Asimismo podemos afirmar que se ha cumplido con los objetivos planteados en la investigación.

Con la aplicación del programa de autoestima, los estudiantes han podido mejorar su rendimiento académico, en promedio, 10.43 % en el área de matemática y 17.57 % en el área de comunicación. Asimismo, la prueba de entrada y salida en el desarrollo del programa de autoestima ha dado como resultado el incremento de su autoestima en 66.73 %, en promedio.

A partir de los datos obtenidos podemos contrastarlos con los antecedentes citados en la presente investigación:

- Las conclusiones de nuestro trabajo de investigación coinciden con el trabajo de investigación realizado por Monserrat Rabell Cuadras, de la Universidad Internacional de la Rioja (España, 2012), titulado “Autoestima y rendimiento académico: un estudio aplicado al aula de educación primaria”; que concluye diciendo: Podemos comprobar con los resultados obtenidos que hay una relación directa entre rendimiento académico y autoestima.
- De igual modo, nuestros estudios afirman lo planteado por Verónica Ramos Palacín, de la Universidad Internacional de la Rioja (España, 2014) en su Tesis titulada “Incidencia de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Escolar”, concluye: En definitiva, existe una relación entre inteligencia emocional y rendimiento escolar, por

lo que será muy importante trabajar la inteligencia emocional desde edades tempranas para conseguir un desarrollo óptimo de ésta y en consecuencia mejores resultados académicos.

- Citando a Yemallá Albarrán, de la Universidad Rafael Urdaneta (Venezuela, 2004), en su tesis titulada “Autoestima y rendimiento académico en los estudiantes universitarios”, concluye: Existe una correlación positiva entre autoestima y rendimiento académico. El nivel de significancia estadística en nuestra investigación es cero, lo que confirma que existe una correlación positiva entre autoestima y rendimiento académico.
- Asimismo, Lorena Muñoz Muñoz, de la Universidad de Chile (Santiago, Chile, 2011), en su trabajo de investigación titulado “Autoestima, factor clave en el éxito escolar”, afirma en sus conclusiones: El poseer una autoestima adecuada significa una ganancia relevante tanto en términos de rendimiento académico como en términos conductuales. Esta conclusión coincide con los resultados presentados en esta investigación.
- Lita del Carmen García Flores, de la Universidad Autónoma de Nueva León (México, 2005), en su tesis titulada “Autoconcepto, Autoestima y su relación con el Rendimiento Académico”; concluye, al igual que nosotros, que: A mayor autoestima mayor rendimiento académico.
- También coincido con José Acuña Espinoza, de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión (Perú, 2013), en su tesis titulada “Autoestima y Rendimiento de los estudiantes del X ciclo 2012 – II de la Escuela Académico Profesional de Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho”, concluye: Existe una correlación positiva entre las dos variables de estudio, toda vez que la mayoría de los estudiantes presentan autoestima alta y rendimiento académico excelente.



- De igual modo, se coincide con lo expresado por José Nicho Alcántara de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión (Perú, 2013), en su tesis titulada “Relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión”, afirma en sus conclusiones: Existe una dependencia y una asociación fuerte entre las variables autoestima y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Educación de dicha universidad.
- Lo concluido por José López Vega, en su tesis titulada “Relación entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de medicina veterinaria de la Universidad Alas Peruanas”, concluye: Los resultados demuestran la existencia de una relación directa entre autoestima y rendimiento académico.
- Virgilio Vildoso Gonzales, en su tesis “Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la EAP de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann”, de la UNMSM (Perú, 2003), epiloga en concordancia con mis resultados: Existe influencia significativa de la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la EAP de Agronomía.
- Finalmente, coincido con lo planteado por Gladys Ávila Quispe (2009) de la UNC, en su tesis titulada “Desintegración Familiar y Rendimiento Académico en niños de Educación Primaria del distrito de Cajabamba”, que concluye: Los estudiantes que provienen de hogares integrados presentan mejor rendimiento académico en comparación con los que vienen de hogares desintegrados.

## CONCLUSIONES

1. En relación al primer objetivo específico, se determinó que 35 estudiantes, provenientes de hogares desintegrados, de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, presentan bajo rendimiento académico en las áreas de matemática y/o comunicación.
2. La aplicación del programa de talleres de autoestima incrementó en 66.73% la autoestima de los estudiantes, según los resultados de las pruebas de entrada y salida aplicadas.
3. Los estudiantes mejoraron su rendimiento académico en el área de matemática en un 10.43 %, comparando los resultados del primer y segundo trimestre que constan en sus libretas de notas.
4. En el área de comunicación, los estudiantes mejoraron su rendimiento académico en un 17.57 %, de acuerdo a los resultados obtenidos en el primer y segundo trimestre.
5. De acuerdo al análisis estadístico, se ha comprobado que existe una correlación directa entre las variables autoestima y rendimiento académico, debido a que la significancia bilateral es muy cercana a cero.

## RECOMENDACIONES

1. Sugiero que las Instituciones Educativas en el Plan Anual de Trabajo y en el Proyecto Educativo Institucional consideren actividades que busquen la integración familiar, que ayuden a la formación personal, práctica de valores y desarrollo de la autoestima de los estudiantes.
2. Se recomienda a las Unidades de Gestión Local y a las Instituciones Educativas en general, contar con el apoyo de especialistas en Psicología, para la atención integral de los estudiantes, fortaleciendo la autoestima y el desarrollo emocional de los mismos.
3. Se debe priorizar la investigación en los docentes y demás responsables de la educación de los jóvenes, puesto que con ello contribuimos a esclarecer los diferentes problemas que aquejan a los estudiantes, con el objetivo de obtener mejores resultados académicos.
4. Fomentar entre los padres de familia y estudiantes, mejores prácticas familiares, donde prime el diálogo como medio de resolver los conflictos, desterrando la violencia de género y el machismo que contribuye a la desintegración familiar.
5. Evaluar, en forma continua, la autoestima de los estudiantes, para conocer su parte emocional y afectiva, con el propósito de elevar su autoestima y con ello mejorar su rendimiento académico.

## LISTA DE REFERENCIAS

- Acosta, R., Hernández, J. (2004). *La autoestima en la educación*. Universidad de Tarapacá. Chile.
- Acuña, J. (2013). *Autoestima y Rendimiento de los estudiantes del X ciclo 2012 – II de la Escuela Académico Profesional de Educación Primaria Y Problemas de Aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho*. (Tesis de Maestría). Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Perú.
- Albarrán, Y. (2004). *Autoestima y rendimiento académico en los estudiantes universitarios*. (Tesis de Maestría). Universidad Rafael Urdaneta Maracaibo, Venezuela.
- Arancibia, Herrera y Strasser, K. (1999). *Psicología de la Educación*. Santiago de Chile. Editorial Alfaomega.
- Ávila, G. (2009). *Desintegración familiar y rendimiento académico en niños de Educación Primaria del distrito de Cajabamba*. (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de Cajamarca, Perú.
- Barrios, Y. (2001). *La personalidad del niño con padres separados o divorciados*. (tesis de maestría). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Branden, N. (2011). *El poder de la autoestima*. España. Editorial Paidós.
- Cavan, Ruth. (1967). *La familia. Clases sociales, matrimonio, relaciones padres e hijos*. Buenos Aires, Argentina. Editorial Omega.
- Colvin, M. Rutland, F. (2008). *Is Maslow's Hierarchy of Needs a Valid Model of Motivation*. Universidad Tecnológica de Luisiana. Documento en línea recuperado el 5 de febrero del 2014.
- Coopersmith, S. (1978). *The antecedents of self-esteem, Consulting Psychologists Press*. Palo Alto, California, EE.UU.

- García, L. (2005). *Autoconcepto, Autoestima y su relación con el Rendimiento Académico*. (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma de Nueva León. Monterrey, México
- Hernández, R., Fernández C., Baptista, P. (1999). *Metodología de la Investigación*. México. McGraw-Hill Interamericana Editores.
- Instituto Nacional de Investigación y Desarrollo de la Educación. (1975). *Tecnología Educativa*. Lima, Perú. Retablo de Papel Editores.
- Jaude, G. (2003). *Transformaciones familiares en Chile: Riesgo creciente para el desarrollo emocional, psicosocial, y la educación de los hijos*. Universidad Austral de Chile. Valdivia Chile. Estudios Pedagógicos Núm. 29. p.115-126. ISSN: 0716-050X.
- López, J. (2009). *Relación entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de medicina veterinaria de la Universidad Alas Peruanas*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Perú
- Molina, M.; Baldares, T. y Maya, A. (1996). *Fortalezcamos la autoestima y las relaciones interpersonales*. San José, Costa Rica. Impresos Sibaja.
- Muñoz, F. y Vallejo, J. (1968). *Desintegración familiar*. Madrid, España. Editorial Stvdivm.
- Muñoz, L. (2011). *Autoestima, factor clave en el éxito escolar*. (Tesis de Maestría). Universidad de Chile. Santiago, Chile.
- Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista electrónica Iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en educación*. Vol. 1, N° 2. p.2-15.
- Nicho, J. (2013). *Relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la E.B.C. tecnológica de la Facultad de Educación de la*

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Perú

Oliva, E. y Villa, V. (2013). *Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la organización*. Revista Justicia Juris. Universidad Autónoma del Caribe. Barranquilla, Colombia. Vol. 10 N° 1. Enero – Junio 2014. p. 11-20. ISSN 1692-8571.

Orbis Cultural. (2000). *Conflictos en el aprendizaje infantil*. Lima, Perú. Editora Orbis.

Ortega, P., Mínguez, R., y Rodes, M. (2001). *Autoestima: un nuevo concepto y su medida*. Universidad de Murcia. Departamento de Historia y Teoría de la Educación. Facultad de educación. *Biblid*, 12, 2000. p. 45-66. ISSN: 0212-5374.

Pérez, A., Almaráz, J. (1992). *Lecturas de aprendizaje y enseñanza*. México. Editorial ZERO S.A.

Rabell, M. (2012) *Autoestima y rendimiento académico: un estudio aplicado al aula de educación primaria*. (Tesis de Maestría). Universidad Internacional de la Rioja. Barcelona, España.

Ramos, V. (2014). *Incidencia de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Escolar*. (Tesis de Maestría). Universidad Internacional de la Rioja Logroño, España

Roa, A. (2013). *La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia*. *Edetania* 44. Universidad Complutense de Madrid. p.241-257. ISSN: 0214-8560.

Romero, M., Casas, F., Carbelo, B. (2009). *Autoestima*. Universidad de Alcalá. España.

Solano, N. (2010). *Desintegración familiar asociada al bajo rendimiento escolar*. (Tesis de maestría). Universidad de Cuenca, Ecuador.

<http://doctorado.josequintero.net>. Recuperado el 28 de enero del 2014.

<http://www.inei.gob.pe/>. Recuperado el 23 de enero del 2014

<http://www.minedu.gob.pe/>. Recuperado el 02 de febrero del 2014

<http://www.un.org/es/documents/udhr/>. Recuperado el 20 de enero del 2014.

[www.un.org/es/documents/udhr/UDHR\\_booklet\\_SP\\_web](http://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web). Recuperado el 30 de enero del 2011.

Vildoso, V. (2003). *Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú.

Villegas, M. (1986). *“La Psicología Humanista: Historia, Concepto y Método”*. Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona. España.

**ANEXOS/APENDICES**

**Foto N° 01:** Aplicación del Entrada de Coopersmith



**Foto N° 02:** Desarrollo de los Talleres de Autoestima



**Foto N° 03:** Desarrollo de los Talleres de Autoestima



**Foto N° 04:** Desarrollo de los Talleres de Autoestima



**Foto N° 05:** Desarrollo de los Talleres de Autoestima



**Foto N° 06:** Aplicación del Salida de Coopersmith





## ENCUESTA

Nombres y Apellidos: .....

Grado y Sección: ..... Edad: .....

**INSTRUCCIONES:** Responde en forma sincera las siguientes preguntas, encerrando la alternativa que creas conveniente y escribiendo lo que se pide.

1. ¿Con quién vives en casa?
  - ( ) Papá, mamá y mis hermanos
  - ( ) Papá y mis hermanos
  - ( ) Mamá y mis hermanos
  - ( ) Solo con papá
  - ( ) Solo con mamá
  - ( ) Solo con mis hermanos
  - ( ) Otros: Indique .....
  
2. Si mi papá no vive conmigo, cuál es el motivo:
  - ( ) Tiene otro compromiso
  - ( ) Nunca se hizo cargo de mi cuidado
  - ( ) Trabaja lejos
  - ( ) No sé, porque nunca lo conocí
  - ( ) Ha fallecido
  
3. Si mi mamá no vive conmigo, cuál es el motivo:
  - ( ) Tiene otro compromiso
  - ( ) Nunca se hizo cargo de mi cuidado
  - ( ) Trabaja lejos
  - ( ) No sé, porque nunca lo conocí
  - ( ) Ha fallecido
  
4. Cada qué tiempo veo a mi papá:
  - ( ) Todos los días
  - ( ) Solo algunos días a la semana
  - ( ) Solo algunos días al mes
  - ( ) De vez en cuando
  - ( ) Nunca
  
5. Cada qué tiempo veo a mi mamá:
  - ( ) Todos los días
  - ( ) Solo algunos días a la semana
  - ( ) Solo algunos días al mes
  - ( ) De vez en cuando
  - ( ) Nunca

6. En mis tareas educativas recibo ayuda de:
- ( ) Papá, mamá o hermanos.
  - ( ) Papá
  - ( ) Mamá
  - ( ) Otros familiares
  - ( ) Otras personas
  - ( ) Nadie
7. Cuando tienes un calificativo desaprobatorio, ¿a quién de tus familiares le cuentas?
- ( ) Papá
  - ( ) Mamá
  - ( ) Hermano(a)
  - ( ) Otros familiares
  - ( ) Nadie
8. Siento que mi papá me toma en cuenta:
- SI ( ) NO ( )
- ¿Por qué?
- .....
9. Siento que mi mamá me toma en cuenta:
- SI ( ) NO ( )
- ¿Por qué?
- .....
10. ¿Con qué familiar me gusta pasar más tiempo?
- ( ) Papá
  - ( ) Mamá
  - ( ) Hermano(a)
  - ( ) Otro familiar      ¿Quién? .....
  - ( ) Nadie

Gracias por su colaboración.

## INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPER SMITH – FORMATO ESCOLAR

### DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres:.....

Grado: ..... Sección: ..... Edad: .....

Sexo:                    Masculino    (     )                    Femenino    (     )

**INSTRUCCIONES:** A continuación hay una lista de frases sobre sentimientos, si una frase describe cómo te sientes generalmente, marca con una X la columna verdadera (V). Si la frase no describe cómo te sientes generalmente, marca con una X en la columna falsa (F).

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 11. Generalmente los problemas me afectan muy poco                    | V | F |
| 12. Me causa mucho trabajo hablar en público                          | V | F |
| 13. Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí                           | V | F |
| 14. Puedo tomar una decisión fácilmente                               | V | F |
| 15. Soy una persona simpática   | V | F |
| 16. En mi casa me enoja fácilmente                                    | V | F |
| 17. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo                            | V | F |
| 18. Soy popular entre las personas de mi edad                         | V | F |
| 19. Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos          | V | F |
| 20. Me doy por vencido fácilmente                                     | V | F |
| 21. Mis padres esperan demasiado de mí                                | V | F |
| 22. Me cuesta mucho trabajo aceptarme tal como soy                    | V | F |
| 23. Mi vida es complicada   | V | F |
| 24. Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas                     | V | F |
| 25. Tengo mala opinión de mí mismo(a)                                 | V | F |
| 26. Muchas veces me gustaría irme de mi casa                          | V | F |
| 27. Con frecuencia me siento a disgusto en mi grupo                   | V | F |
| 28. Soy menos guapo(a) o bonito(a) que la mayoría de la gente         | V | F |
| 29. Si tengo algo que decir generalmente lo digo                      | V | F |
| 30. Mi familia me comprende   | V | F |
| 31. Los demás son mejor aceptados que yo                              | V | F |
| 32. Generalmente me siento como si mi familia me estuviera presionado | V | F |
| 33. Generalmente me siento desmoralizado en mi grupo                  | V | F |
| 34. Muchas veces me gustaría ser otra persona                         | V | F |
| 35. Se puede confiar muy poco en mí                                   | V | F |
| 36. Nunca me preocupo por nada  | V | F |
| 37. Estoy seguro(a) de mí mismo                                       | V | F |
| 38. Me aceptan fácilmente en un grupo                                 | V | F |

39. Mi familia y yo la pasamos bien juntos	V	F
40. Paso bastante tiempo soñando despierto	V	F
41. Desearía tener menos edad	V	F
42. Siempre hago lo correcto	V	F
43. Estoy orgulloso de mi rendimiento como estudiante en el colegio	V	F
44. Alguien siempre tiene que decirme lo que debo hacer	V	F
45. Generalmente me arrepiento de las cosas que hago	V	F
46. Nunca estoy contento(a)	V	F
47. Estoy haciendo lo que puedo para conseguir mis logros académicos	V	F
48. Generalmente puedo cuidarme solo(a)	V	F
49. Soy muy feliz	V	F
50. Preferiría estar con adolescentes menores que yo	V	F
51. Me gustan todas las personas que conozco	V	F
52. Me gusta cuando me invitan a salir a la pizarra	V	F
53. Me entiendo a mí mismo	V	F
54. Nadie me presta mucha atención en casa	V	F
55. Nunca me reprenden o llaman la atención	V	F
56. No me está yendo bien en los estudios como yo quisiera	V	F
57. Puedo tomar una decisión y mantenerla	V	F
58. Realmente no me gusta ser un adolescente	V	F
59. No me gusta estar con otras personas	V	F
60. Nunca soy tímido	V	F
61. Generalmente me avergüenzo de mí mismo	V	F
62. Soy el centro de las bromas que realizan mis compañeros	V	F
63. Siempre digo la verdad	V	F
64. Mis profesores me hacen sentir que no soy suficientemente capaz	V	F
65. No me importa lo que pase	V	F
66. Soy un fracaso	V	F
67. Me fastidio fácilmente cuando me reprenden	V	F
68. Todas las acciones que realizo siempre necesito comunicárselo a los demás	V	F

Gracias por su colaboración.

**CLAVE DE RESPUESTAS:**

- |       |       |
|-------|-------|
| 1. V  | 47. V |
| 2. F  | 48. F |
| 3. F  | 49. F |
| 4. V  | 50. V |
| 5. V  | 51. F |
| 6. F  | 52. F |
| 7. F  | 53. V |
| 8. V  | 54. F |
| 9. V  | 55. F |
| 10. F | 56. F |
| 11. F | 57. F |
| 12. F | 58. V |
| 13. F |       |
| 14. V |       |
| 15. F |       |
| 16. F |       |
| 17. F |       |
| 18. F |       |
| 19. V |       |
| 20. V |       |
| 21. F |       |
| 22. F |       |
| 23. F |       |
| 24. F |       |
| 25. F |       |
| 26. V |       |
| 27. V |       |
| 28. V |       |
| 29. V |       |
| 30. F |       |
| 31. F |       |
| 32. V |       |
| 33. F |       |
| 34. F |       |
| 35. F |       |
| 36. V |       |
| 37. F |       |
| 38. V |       |
| 39. F |       |
| 40. F |       |
| 41. V |       |
| 42. V |       |
| 43. V |       |
| 44. F |       |
| 45. F |       |
| 46. V |       |

ÁREA	NÚMERO ÍTEMS
Ego General	1-3-4-7-10-12-13-15-18-19-24-25-27-30-31-34-35-38-39-43-47-48-51-55-56-57
Social – Compañeros	5-8-14-21-28-40-49-52
Hogar – Padres	6-9-11-16-20-22-29-44
Aspectos académicos	2-17-23-33-37-42-46-54
Escala de Mentiras	26-32-36-41-45-50-53-58

**VALORACIÓN:**

Respuesta correcta 2 punto Respuesta incorrecta 0 punto  
 Total preguntas 50 x 2 = 100 puntos

Escala de mentiras: 1 a 4 Incorrectas: Prueba nula 5 a 8 Correctas: Prueba válida

ÁREA EGO GENERAL	
NIVEL	PUNTAJE
ALTO	40 – 52
MEDIO	14 – 38
BAJO	0 – 12

ÁREA SOCIAL – COMPAÑEROS	
NIVEL	PUNTAJE
ALTO	14 – 16
MEDIO	06 – 12
BAJO	0 – 4

ÁREA HOGAR – PADRES	
NIVEL	PUNTAJE
ALTO	14 – 16
MEDIO	06 – 12
BAJO	0 – 4

ÁREA ACADÉMICO - COLEGIO	
NIVEL	PUNTAJE
ALTO	14 – 16
MEDIO	06 – 12
BAJO	0 – 4

## **PROGRAMA DE AUTOESTIMA**

### **I. DATOS INFORMATIVOS:**

1. Institución Educativa : “Dulce Nombre de Jesús” - Jesús
2. Docente Responsable : Lic. Mirta Yobani Aliaga Rabanal
3. Fecha de inicio : 24 de junio del 2014
4. Fecha de término : 28 de agosto del 2014
5. Total de horas : 30 horas.

### **II. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA:**

Las personas tienen la necesidad de poseer una identidad propia para ser reconocidos como personas; para ello, deben desarrollar su autoconcepto y autoestima. El autoconcepto y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas, pues lo que una persona piensa y siente respecto a sí misma impregna todas las áreas de su vida: área física, psicológica, social, intelectual, etc.

La carencia de afecto en la edad temprana puede acarrear consecuencias de baja autoestima en las etapas siguientes. La infancia y la adolescencia constituyen dos períodos especialmente delicados en la formación de la autoestima. Así, la infancia es una etapa en la que el ser humano es totalmente permeable y absorbe íntegramente la información sobre sí mismo que le llega desde el exterior, sobre todo cuando dicha información proviene de las personas significativas en su vida, como son sus padres.

Si el entorno familiar está desintegrado, la pérdida de uno de sus miembros acarrea violencia o frustración en la pareja, siendo los niños el punto de desfogue de los adultos. Asimismo, la carencia de uno de los miembros de la familia, genera en los pequeños estados de depresión por la carencia de afecto del padre o la madre.

En muchos casos, los estudiantes que evidencian problemas familiares, también tienen problemas en el rendimiento académico. Por ende se busca la estabilidad emocional de los mismos para ver cómo, a partir de ello, mejoran su rendimiento académico, contribuyendo con ello, al desarrollo integral de los estudiantes, tanto en la parte cognitiva como emocional y espiritual.

### **III. OBJETIVOS:**

- 3.1. Reflexionar sobre sí mismo(a), conociendo sus capacidades y potencialidades, virtudes y defectos.
- 3.2. Desarrollar un sentimiento de identidad propia en los estudiantes provenientes de hogares desintegrados.
- 3.3. Aumentar la conciencia de las características personales de cada uno de los estudiantes asistentes a los talleres.
- 3.4. Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás, para vivir en una sociedad más fraterna e igualitaria.

#### IV. PROGRAMACIÓN DE TALLERES:

N°	Título del Taller	Objetivos del Taller	Actividades	Objetivos de las actividades	Tiempo
1	Eres único e irrepetible	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexionar sobre sí mismo/a.</li> <li>✓ Desarrollar un sentimiento de identidad propia.</li> <li>✓ Aumentar la conciencia de las características personales.</li> <li>✓ Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás.</li> </ul>	Espejito, espejito.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexionar sobre sí mismo/a.</li> <li>✓ Aumentar la conciencia de las características personales.</li> <li>✓ Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás.</li> <li>✓ Identificar aquellos aspectos de su persona que le hacen sentirse especial e irrepetible.</li> </ul>	2 horas 24/06
			Lluvias de estrellas	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reflexionar sobre uno mismo/a.</li> <li>✓ Hacerse consciente de que todas las personas tienen algo que enseñar.</li> <li>✓ Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás.</li> <li>✓ Identificar aquellos aspectos de su persona que le hacen sentirse especial e irrepetible.</li> </ul>	2 horas 26/06
			Érase una vez...	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Iniciar el autoconocimiento.</li> <li>✓ Aumentar la conciencia de las características personales.</li> <li>✓ Desarrollar un sentimiento de identidad propia: nacimiento, antecesores/as, características personales: habilidades, forma de ser, gustos, etc.</li> <li>✓ Tomar conciencia de nuestra singularidad y aprender a respetar la de los demás.</li> <li>✓ Identificar aquellos aspectos de la persona que nos hacen sentir especial e irrepetibles.</li> </ul>	2 horas 01/07



2	“Mereces que te quieran”	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ampliar el conocimiento de sí mismo/a.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración de sí mismo/a.</li> <li>✓ Desarrollar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.</li> <li>✓ Reflexionar acerca del derecho que tiene toda niño/a a que le quieran y cuiden los adultos/as y la sociedad.</li> </ul>	El cariño móvil	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ampliar el conocimiento de sí mismos/as.</li> <li>✓ Practicar el lenguaje de los sentimientos positivos.</li> <li>✓ Desarrollar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.</li> </ul>	2 horas 03/07
			Mensaje en la botella	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ampliar el conocimiento de sí mismos/as.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración de sí mismos/as.</li> <li>✓ Desarrollar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.</li> <li>✓ Valorar a sus compañeros y compañeras.</li> </ul>	2 horas 08/07
			Cuélgate una medalla de oro	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fomentar la autoconfianza en el niño o niña.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración de sí mismos/as.</li> <li>✓ Desarrollar el sentimiento de ser una persona valiosa digna de ser escuchada y respetada por las demás personas.</li> </ul>	2 horas 10/07
3	Eres tu mejor amigo(a)	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.</li> <li>✓ Tomar conciencia del estilo de diálogo interno y su impacto</li> </ul>	Un globo, dos globos, tres globos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.</li> <li>✓ Tomar conciencia de estilo de diálogo interno y su impacto sobre el estado emocional.</li> </ul>	2 horas 15/07

		sobre el estado emocional.	El efecto de las palabras	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.</li> <li>✓ Tomar conciencia de estilo de diálogo interno y su impacto sobre el estado emocional.</li> </ul>	2 horas 17/07
			¡Ojo! No seas creído	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.</li> <li>✓ Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.</li> <li>✓ Aprender a expresar sentimientos positivos hacia sí mismo/a de forma socialmente adecuada.</li> </ul>	2 horas 22/07
4	El mundo de las emociones	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Conocer las diferentes emociones positivas y negativas.</li> <li>✓ Distinguir los canales verbal y no verbal de expresión de emociones.</li> <li>✓ Tomar conciencia de nuestras emociones en el momento en que las sentimos.</li> <li>✓ Identificar los aspectos cognitivos de las emociones.</li> <li>✓ Identificar los componentes corporales de las emociones.</li> </ul>	Cada oveja con su pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Distinguir las diferentes emociones.</li> <li>✓ Asociar cada emoción con su expresión no verbal.</li> <li>✓ Razonar la distinta utilización de esos elementos no verbales.</li> </ul>	2 horas 12/08
			Vamos a hacer el payaso	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aprender a exteriorizar las emociones.</li> <li>✓ Percibir las emociones con precisión.</li> <li>✓ Hacer una primera aproximación hacia el desarrollo de una actitud empática.</li> </ul>	2 horas 14/08
			La baraja de las emociones	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Comprender la importancia de comunicar las emociones.</li> <li>✓ Asimilar que todas las personas son independientemente de la edad, estatus, etc. y tienen derecho a experimentar emociones.</li> </ul>	2 horas 19/08
5	Cuando me siento mal	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tomar conciencia de la autocomunicación negativa.</li> </ul>	La abeja Maya y el Calimero	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tomar conciencia de la autocomunicación negativa.</li> </ul>	2 horas 21/08

		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Distinguir entre las variables controlables e incontrolables de su vida.</li> <li>✓ Desarrollar una postura activa ante el propio malestar físico y psicológico.</li> <li>✓ Adquirir un estilo/método de afrontamiento basado en un plan de acción positiva.</li> <li>✓ Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, se cuiden ellos mismos/as y sepan pedir ayuda (a las personas adultas significativas de su entorno: figuras de apego como padre, madre, otros familiares, tutor/a, médico/a, etc.) cuando tienen problemas emocionales/psicológicos</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Desarrollar una actitud de afrontamiento ante el propio malestar físico y psicológico.</li> <li>✓ Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, se cuiden ellos mismos/as y sepan pedir ayuda (a las personas adultas significativas de su entorno: figuras de apego -padre, madre, otros familiares, tutor/a, médico/a, etc.) cuando tengan problemas emocionales/psicológicos.</li> </ul>	
			La tortuga Carlota y su escuela de relajación	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Desarrollar una postura activa ante el propio malestar físico y psicológico.</li> <li>✓ Adquirir un estilo/método de afrontamiento basado en un plan de acción positiva.</li> <li>✓ Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, controlen su tensión utilizando técnicas de relajación cuando sientan nerviosismo o ansiedad.</li> </ul>	2 horas 26/08
			La Negrita Kukurumbé	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tomar conciencia de la autocomunicación negativa.</li> <li>✓ Distinguir entre las variables controlables e incontrolables de la vida.</li> <li>✓ Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, se cuiden ellos mismos/as y sepan pedir ayuda (a las personas adultas significativas de su entorno: figuras de</li> </ul>	2 horas 28/08

				<p>apego -padre, madre, otros familiares, tutor/a, médico/a, etc.) cuando tengan problemas emocionales/psicológico .</p>	
--	--	--	--	--	--

**V. RECURSOS DIDACTICOS:**

- ✓ Papelotes.
- ✓ Copias.
- ✓ Plumones.
- ✓ Fichas.
- ✓ Lecturas.
- ✓ Lápices.
- ✓ Lápices de colores.
- ✓ Imágenes.
- ✓ Videos.
- ✓ Presentaciones audiovisuales.

**VI. BIBLIOGRAFIA:**

- Valdez, Ángel. (2011). *“Enseñanza e investigación en psicología”*. Vol. 16. Núm. 2. México.
- Villegas, M. (1986). *“La Psicología Humanista: Historia, Concepto y Método”*. Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona. España.
- Ibarrola, B. Davalillo, L. (2003). *Dirigir y educar con inteligencia emocional*. Madrid España.
- Díez, F. (Ed.) (2005). *Autoestima*. La Rioja, España. Editorial La Mirada Publicidad, S.L.

## **TALLER 1: ERES ÚNICO E IRREPETIBLE**

### **1. IDEA PRINCIPAL**

Todo ser humano necesita y tiene derecho a poseer una identidad propia que le permita ser reconocido como persona, tanto a nivel individual como colectivo.

Una de las condiciones básicas para favorecer el sentido de la propia identidad es el desarrollo de un autoconcepto y autoestima positivas. El autoconcepto y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas, pues lo que una persona piensa y siente respecto a sí misma impregna todas las áreas de su vida: área física, psicológica, social, intelectual, etc. Así pues, podemos decir sin temor a equivocarnos que el autoconcepto favorece el sentido de la propia identidad y constituye un marco de referencia desde el que interpretar la realidad externa y las propias experiencias internas.

La identidad individual se basa en el autoconocimiento: nuestros gustos, habilidades, forma de ser, forma de pensar... y en la aceptación de todo lo que forma parte de sí mismo/a.

### **2. OBJETIVOS**

- Reflexionar sobre sí mismo/a.
- Desarrollar un sentimiento de identidad propia.
- Aumentar la conciencia de las características personales.
- Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás.

### **3. DESARROLLO DE LA UNIDAD**

El autoconocimiento constituye una clave de suma importancia para el desarrollo del autoconcepto y la autoestima personal, entendida ésta como el conjunto de rasgos, sentimientos e imágenes que la persona reconoce como parte de sí misma. Este conjunto de rasgos (biológicos, psicológicos y ambientales), son los que le permitirán al niño y niña definirse como una persona singular de manera que pueda ser reconocido/a y no confundido con los demás, al tiempo que le ayudan a desarrollar el sentimiento de pertenencia a un grupo o comunidad con su propia identidad cultural.

La respuesta que una persona da en las diferentes situaciones de su vida depende de lo que piense de sí misma. De todos los juicios a los que nos sometemos, ninguno es tan importante como el nuestro propio; nuestra manera de relacionarnos, el modo en que nos enfrentamos a las nuevas situaciones y estímulos (sociales, escolares, de salud, etc.), incluso nuestra apariencia externa..., todo llevará el sello de ese juicio, o lo que es lo mismo, dependerá de nuestro autoconcepto y autoestima.

Pero ¿qué es el autoconcepto? y ¿la autoestima? Son muchas las publicaciones en las que se utilizan estos términos de forma indistinta. Sin embargo, otras personas distinguen entre ambos constructos, limitando el autoconcepto a los aspectos más cognitivos (percepción de sí mismo/a, lo que la persona piensa que es: rasgos físicos, psicológicos; cualidades, defectos...) pero sin acompañarlos de la etiqueta evaluativa o afectiva (la valoración emocional de lo que la persona piensa de sí misma), que constituiría el contenido básico de la autoestima.

Aunque resulta muy difícil separar los aspectos cognitivos de los evaluativos (pienso-siento), creemos que constituyen dos pasos fundamentales en el proceso de crecimiento personal y que merece la pena abordarlos por separado.

Dentro de la realidad compleja del autoconcepto general se pueden distinguir otros "autoconceptos" más concretos referidos a áreas específicas de la experiencia de la persona. Así podríamos hablar de autoconcepto académico, físico, social, emocional, etc.

#### **4. ¿QUÉ SE PUEDE TRABAJAR EN RELACIÓN CON ESTE TEMA?**

##### **a) El profesorado**

- Introducir ejemplos en el desarrollo ordinario de sus clases que hagan mención a las características individuales... del alumnado de su grupo.
- Reforzar positivamente las expresiones verbales y comportamientos individuales propios de cada alumno/a.
- Utilizar dinámicas de grupo para que los niños y niñas conozcan datos personales de cada una de ellas/os.
- Introducir en el PCC y Programaciones aspectos relativos al desarrollo del autoconcepto y de la autoestima.

##### **b) La familia**

- Comentar en familia cosas relativas al propio nombre, apellidos...
- Destacar los aspectos que le diferencian de las demás personas.
- Dar a conocer la influencia positiva que la criatura ha tenido en la vida familiar recordando experiencias positivas vividas junto a ella.
- Hablar con su hijo/a de otras personas queridas por él/ella (abuela, profesora favorita, amigo/a preferido...) y preguntarle qué les hace tan especiales a estas personas.

#### **5. ACTIVIDADES**

##### **Actividad 1: ESPEJITO, ESPEJITO**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Reflexionar sobre sí mismo/a.
- Aumentar la conciencia de las características personales.
- Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás.
- Identificar aquellos aspectos de su persona que le hacen sentirse especial e irrepetible.

###### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Descubrir características personales.
- Hablar sobre sí mismo/a.

##### **Actividad 2: LLUVIA DE ESTRELLAS**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Reflexionar sobre uno mismo/a.
- Hacerse consciente de que todas las personas tienen algo que enseñar.
- Tomar conciencia de su singularidad y aprender a respetar la de los demás.

- Identificar aquellos aspectos de su persona que le hacen sentirse especial e irrepetible.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Recoger información sobre las características diferenciales de su familia.
- Adoptar el papel de una persona que tiene algo que transmitir a las demás.
- Hablar sobre sí mismo/a.
- Hablar en público para ser el centro de atención de los demás.

#### **Actividad 3: ÉRASE UNA VEZ...**

#### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Iniciar el autoconocimiento.
- Aumentar la conciencia de las características personales.
- Desarrollar un sentimiento de identidad propia: nacimiento, antecesores/as, características personales: habilidades, forma de ser, gustos...
- Tomar conciencia de nuestra singularidad y aprender a respetar la de los demás.
- Identificar aquellos aspectos de la persona que nos hacen sentir especial e irrepetibles.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Recopilar información significativa sobre sí mismo/a: datos sobre nuestro nacimiento, rasgos, cualidades, habilidades, etc...
- Crear un documento gráfico y/o escrito sobre su persona.

## **TALLER 2: MERECES QUE TE QUIERAN**

### **1. IDEA PRINCIPAL**

La autoestima (lo que la persona se quiere y valora a sí misma) es el resultado de la interacción entre muchas variables: los resultados ("éxitos" y "fracasos") que obtenemos en las distintas facetas de la vida, las interpretaciones que hacemos de ellos, nuestras habilidades para relacionarnos con otras personas, la opinión que las personas significativas tengan sobre nos- otros/as, el sentimiento de autoeficacia, etc. De entre todos estos factores, uno de los que más peso va a tener en la infancia gira en torno a los mensajes (verbales y no verbales) que las personas significativas para la niña/o (familia, profesorado...) les envían a las criaturas, y que implican una valoración de sus habilidades y acciones que, en definitiva, constituyen juicios sobre su valía personal.

### **2. OBJETIVOS**

- Ampliar el conocimiento de sí mismo/a.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración de sí mismo/a.
- Desarrollar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.
- Reflexionar acerca del derecho que tiene toda niño/a a que le quieran y cuiden los adultos/as y la sociedad.

### **3. DESARROLLO DE LA UNIDAD**

Para que el niño y la niña desarrollen una autoestima sana y positiva, creemos imprescindible trabajar con ellos/as la creencia interna de que cada uno/a de ellos/as es una persona importante por la simple razón de ser persona y con independencia de dónde, cuándo, cómo y de qué color nacieron. Para desarrollar esta creencia es preciso comenzar por un proceso previo de reflexión personal a través del cual nos formamos una idea de quienes somos y lo que somos, es decir, adquirimos una identidad (tarea que ya se inició en la unidad anterior). Sin embargo, ésta es una condición necesaria pero no suficiente para llegar al convencimiento interno de que una persona, cualquier persona, es valiosa e importante, y por tanto, merecedora de ser atendida y cuidada cuando sea necesario, una persona a la que se le deben proporcionar los medios y las oportunidades que en cada momento precise para alcanzar el desarrollo pleno. En esta unidad nos referimos a los aspectos afectivos, evaluativos, de creencias... más que a los puramente cognitivos y racionales. Es decir, estamos hablando de la autoestima frente al autoconcepto.

La infancia y la adolescencia constituyen dos períodos especialmente delicados en la formación de la autoestima. Así, la infancia es una etapa en la que el ser humano es totalmente permeable y absorbe íntegramente la información sobre sí mismo que le llega desde el exterior, sobre todo cuando dicha información proviene de las personas significativas en su vida, personas con una valencia afectiva importante para el niño/a. En la medida en que la persona crece irá desarrollando su capacidad de juicio y tomará en cuenta otra serie de variables (resultados objetivos que obtiene...), a la hora de hacer una valoración de sí misma. Pero aún en la edad adulta, ese juicio y valoración personal estará condicionado por las opiniones y mensaje evaluativos que le han enviado y envían las personas importantes para ella, pues el estilo de pensar e interpretar las situaciones, también es adquirido en buena parte.



#### **4. ¿QUÉ SE PUEDE TRABAJAR EN RELACIÓN CON ESTE TEMA?**

##### **a) El profesorado**

- Practicar el autorrefuerzo en voz alta mostrando satisfacción consigo mismos/as mediante elogios como consecuencia de una tarea o actividad bien realizada.
- Utilizar el refuerzo positivo verbal y no verbal, como técnica básica de aprendizaje.
- Fomentar el refuerzo por parte de los otros niños y niñas.
- Realizar actividades en clase del tipo "cariñogramas" o "tequierogramas" (pequeños mensajes acerca de aspectos de la persona que la hacen estimable).
- Corregir lo negativo sin humillar ni ridiculizar, centrándose en la conducta concreta y ayudándoles a pensar en conductas adecuadas alternativas.

##### **b) La familia**

- Actuar como "modelos" y crear un clima familiar basado en el reconocimiento expreso de los aspectos y acciones positivas de los miembros de la familia.
- Expresar sentimientos positivos, con el lenguaje verbal y no verbal, hacia la niña o el niño.
- Cuidar el lenguaje que utilizáis al referiros a ellos/as.

#### **5. ACTIVIDADES**

##### **Actividad 1: EL "CARIÑO-MÓVIL"**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Ampliar el conocimiento de sí mismos/as.
- Practicar el lenguaje de los sentimientos positivos.
- Desarrollar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.

###### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Expresar sentimientos positivos hacia las/os demás.
- Recibir mensajes positivos acerca nosotros/as mimos.

##### **Actividad 2: MENSAJE EN LA BOTELLA**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Ampliar el conocimiento de sí mismos/as.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración de sí mismos/as.
- Desarrollar el sentimiento de ser una persona digna de ser querida y respetada por las demás personas.
- Valorar a sus compañeros y compañeras.

###### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Recopilar información positiva sobre sí mismo/a.
- Fijarse en aspectos positivos de las personas del entorno.
- Aprender a expresar sentimientos positivos hacia las/os demás.

### **Actividad 3: CUÉLGATE UNA MEDALLA DE ORO**

#### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Fomentar la autoconfianza en el niño o niña.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración de sí mismos/as.
- Desarrollar el sentimiento de ser una persona valiosa digna de ser escuchada y respetada por las demás personas.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Recordar información positiva sobre sí mismo/a.
- Hacer una exposición en público.
- Recibir refuerzo positivo de otras personas.

## **TALLER 3: ERES TU MEJOR AMIGO(A)**

### **1. IDEA PRINCIPAL**

La autoestima, como su propio nombre indica, tiene un componente evaluativo y emocional fundamental (me estimo, me siento bien, me gusta o no me gusta, en qué no me gusta, ¿puedo cambiarlo?, ..., me acepto) que es el que debemos trabajar en tanto en cuanto constituye el soporte interno del desarrollo integral del niño/a. Ese componente evaluativo emocional está inseparablemente unido con nuestras cogniciones, es decir con nuestra manera de percibir, interpretar y valorar (autocomunicación interna) las experiencias de nuestra vida.

### **2. OBJETIVOS**

- Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.
- Tomar conciencia del estilo de diálogo interno y su impacto sobre el estado emocional.

### **3. DESARROLLO DE LA UNIDAD**

Existen diferentes teorías sobre la motivación humana, entendida ésta como el conjunto de procesos psicológicos implicados en la activación, dirección y mantenimiento de una determinada conducta. Una de ellas, basada en el concepto de Inteligencia Emocional\*, defiende que las principales fuentes de motivación son: la misma persona (sus pensamientos, su comportamiento, su respuesta ante los estímulos); la familia, amistades..., como fuente de soporte afectivo y el entorno (estímulos externos). De entre todas ellas, somos nosotros/as la más poderosa fuente de motivación porque somos el punto de partida. Es decir, la fuente interior más importante de que disponemos para motivarnos son nuestros pensamientos y la valoración afectiva que les acompaña, pues de ellos dependerá el "uso" que hagamos de las demás fuentes de motivación.

Todas las personas piensan o, dicho de otro modo, mantienen "conversaciones" interiores. El "diálogo interno" es la charla que tenemos con nosotros mismos/as y dependiendo de qué tipo sea, ello provocará en nosotros/as una atmósfera emocional positiva o derrotista. Así, mientras un diálogo interno positivo es como un balón de oxígeno para nuestra autoestima, un diálogo interno derrotista actuará como un tóxico para la misma. Así pues, es muy importante que la persona desarrolle el hábito de mantener autocomunicaciones positivas y se hable a sí misma como lo haría con su mejor amigo/a o con la persona más querida por ella.

Cuanto más positivo sea el trato que se dé a sí misma, más motivada y más eficaz se sentirá en el momento de enfrentarse a los pequeños o grandes retos académicos, físicos (de aspecto y deportivos), sociales..., en definitiva, se sentirá a gusto consigo misma y podrá experimentar una mayor felicidad. Esto es la autoestima.

¿Cómo podemos ser nuestro mejor amigo o amiga? ¿Cuáles son los pasos que debe seguir una persona para desarrollar una autoestima positiva?

1. Desarrollar el sentido de identidad personal: "Realmente soy única/o e irrepetible".

2. Practicar la autocomunicación positiva: “Me fijo en mis aspectos, rasgos y cualidades positivas y me refuerzo (diciéndonos palabras de elogio y reconocimiento, pensando bien de nos- otros mismos/as) cuando hago conductas adecuadas, etc...”.

3. Aceptarnos como somos y evitar un lenguaje derrotista: “Reconozco que también tengo aspectos, características o realizo acciones que no son adecuadas; ¡vale! no voy a exagerarlas y sentirme angustiado/a por ellas, pero trataré de buscar los medios para mejorarlas”.

El término Inteligencia Emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los/as demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que mantenemos con las otras personas y con nosotros mismos/as.

Fueron los psicólogos Peter Salovey y John Mayer, quienes basándose en el concepto de Inteligencia Múltiple de Gardner, propusieron en 1990, una teoría sobre un tipo de inteligencia más global a la que denominaron Inteligencia Emocional.

#### **4. ¿QUÉ SE PUEDE TRABAJAR EN RELACIÓN CON ESTE TEMA?**

##### **a) El profesorado**

- Practicar el autorrefuerzo en voz alta mostrando satisfacción consigo mismos/as mediante elogios como consecuencia de una tarea, actividad, etc. bien realizada.
- Utilizar el refuerzo positivo verbal y no verbal, como técnica básica de aprendizaje.
- Fomentar el refuerzo por parte de los otros niños y niñas.
- Aprovechar todas las ocasiones cotidianas para potenciar las expresiones positivas hacia objetos, situaciones y personas.

##### **b) La familia**

- Cultivar el hábito de reconocer las cosas positivas de uno mismo/a y las de los demás componentes de la familia.
- Evitar etiquetas desvalorizadoras y humillantes al referirse a sí mismos/as y a otras personas.
- Cuidarse físicamente: higiene, alimentación, descanso, ejercicio físico...

#### **5. ACTIVIDADES**

##### **Actividad 1: UN GLOBO, 2 GLOBOS, 3 GLOBOS**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.
- Tomar conciencia de estilo de diálogo interno y su impacto sobre el estado emocional.

###### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Aprender a utilizar gestos o frases motivadoras.

##### **Actividad 2: EL EFECTO DE LAS PALABRAS**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.

- Tomar conciencia de estilo de diálogo interno y su impacto sobre el estado emocional.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Aprender a utilizar gestos o frases motivadoras.
- Distinguir entre autodiálogo (autocomunicación) positivo y autodiálogo negativo.

#### **Actividad 3: ¡OJO! NO SEAS CREÍDO**

#### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Mejorar el nivel de autoconciencia y autoconocimiento.
- Desarrollar una actitud de aceptación y valoración propia.
- Aprender a expresar sentimientos positivos hacia sí mismo/a de forma socialmente adecuada.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Distinguir entre frases de autoelogio socialmente adecuadas e inadecuadas.
- Tomar conciencia de las consecuencias sociales de uno u otro tipo de expresiones.

## **TALLER 4: EL MUNDO DE LAS EMOCIONES**

### **1. IDEA PRINCIPAL**

Del mismo modo que nuestro ordenador está hecho de distintos componentes (disco duro, monitor, impresora...) interconectados entre sí, nuestro sistema emocional está formado por distintos componentes que para rendir óptimamente deben trabajar juntos. En el caso de las emociones los componentes son:

- Nuestros pensamientos
- Nuestras respuestas fisiológicas
- Nuestros comportamientos

### **2. OBJETIVOS**

- Conocer las diferentes emociones positivas y negativas.
- Distinguir los canales verbal y no verbal de expresión de emociones.
- Tomar conciencia de nuestras emociones en el momento en que las sentimos.
- Identificar los aspectos cognitivos de las emociones.
- Identificar los componentes corporales de las emociones.

### **3. DESARROLLO DE LA UNIDAD**

Las emociones humanas son el resultado de una mezcla entre los pensamientos o interpretaciones que hacemos de una situación, los cambios corporales que acompañan a esos pensamientos y la conducta que resulta de ello. Respecto a cuál de los 3 componentes es el que desencadena el resto, existen diferentes opiniones. Así, por ejemplo, hay quienes sostienen que el origen de la emoción reside en los pensamientos, en cómo interpreta la situación cada persona. Otras teorías, sin embargo, defienden que es la reacción fisiológica la que influye en los pensamientos. Por último, muchos expertos/as consideran que el comportamiento es anterior a los pensamientos o los cambios fisiológicos. Creemos sinceramente, que no merece la pena entrar en ese debate. Lo realmente relevante para nuestros fines es que los tres factores interactúan y de esa interacción surgen las emociones.

Siguiendo esta línea de razonamiento, es muy importante que la persona comprenda que son sus propios pensamientos, cambios corporales y comportamientos los que desencadenan las emociones, y no los actos de la otra persona o los acontecimientos exteriores. Si no fuera de este modo, ¿cómo se explicaría que ante una misma situación o estímulo, cada persona dé una respuesta emocional distinta? No es nuestra compañera engreída, con su actitud chulesca, la que me hace sentir furiosa/o, sino que son mis pensamientos ("ésta qué se ha pensado, ¿qué se va reír de mi...?"; ésta se cree superior, más lista que yo", etc.), la aceleración de mi corazón, los sudores que me entran... lo que hace que sienta cólera. Si esto es así, existe la posibilidad de que el ser humano aprenda a controlar sus emociones para utilizarlas en su propio beneficio y no en su contra. Un primer paso para ello consistirá en aprender a identificar nuestras emociones a través de sus componentes (Taller 4). Una vez identificadas, podremos aprender a hacernos cargo de nuestros pensamientos y a manejar la ansiedad.

Por tanto, las emociones son el resultado de la interacción entre los tres componentes (cognitivos, fisiológicos, conductuales) en respuesta a un acontecimiento exterior. Con todo, nuestro sistema emocional también va a estar condicionado por nuestra educación, nuestras

creencias, las experiencias que vivimos..., es decir, por nuestra autoestima. De hecho, sin negar la influencia de los factores biológicos y caracteriales, nuestra respuesta emocional, en buena medida, es adquirida o aprendida (bien por aprendizaje observacional -imitación-, bien por refuerzo diferencial -se refuerza o castiga la expresión de las emociones-). De esta forma, aquellas personas que se desarrollan en un ambiente familiar en el que sus miembros son más expresivos en sus afectos, ellas a su vez tienen más probabilidades de ser más abiertas en la comunicación de sus emociones. Sin embargo, las personas que crecen envueltas en un clima emocional frío, probablemente sean más pobres en la expresión de sus sentimientos.

#### **4. ¿QUÉ SE PUEDE TRABAJAR EN RELACIÓN CON ESTE TEMA?**

##### **a) El profesorado**

- Actuar de "modelos" y verbalizar frases del tipo "hoy cuando venía para el colegio he visto a..., me ha pasado tal cosa... y me he sentido así...".
- Aprovechar la dinámica ordinaria de clase para hacer referencia a las emociones que experimentan los alumnos/as.
- Dedicar unos minutos al final de la clase para hablar de cómo se han sentido durante la jornada.

##### **b) La familia**

- Actuar como "modelos" y crear un clima familiar basado en el reconocimiento expreso de los aspectos, acciones... positivas de los miembros de la familia.
- Expresar sentimientos positivos, con el lenguaje verbal y no verbal, hacia la niña o el niño.
- Fomentar un lenguaje emocional en casa: hablar de cómo ha ido el día y cómo os sentís, relacionándolo con algún acontecimiento vivido.

#### **5. ACTIVIDADES**

##### **Actividad 1: CADA OVEJA CON SU PAREJA**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Conocer las diferentes emociones positivas y negativas.
- Aceptar sus propias emociones, sean positivas o negativas.

###### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Distinguir las diferentes emociones.
- Asociar cada emoción con su expresión no verbal.
- Razonar la distinta utilización de esos elementos no verbales.

##### **Actividad 2: VAMOS A HACER "EL PAYASO"**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Aprender a exteriorizar las emociones.
- Percibir las emociones con precisión.
- Hacer una primera aproximación hacia el desarrollo de una actitud empática.

###### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Señalar distintas emociones.
- Observar las señales no verbales de las emociones.

### **Actividad 3: LA BARAJA DE LAS EMOCIONES**

#### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Comprender la importancia de comunicar las emociones.
- Asimilar que todas las personas son independientemente de la edad, estatus, etc. y tienen derecho a experimentar emociones.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Expresar gráficamente distintas emociones.
- Aprender a trabajar en grupo
- Identificar las señales no verbales para expresar emociones.



## **TALLER 5: CUANDO ME SIENTO MAL**

### **1. IDEA PRINCIPAL**

En Taller 4, (“El mundo de las emociones”) hemos señalado que existen emociones positivas y emociones negativas, o lo que es lo mismo, emociones que nos hacen sentir bien y otras que nos hacen sentir mal: preocupación, tristeza, desasosiego, ansiedad, etc... A su vez, en Taller 3, (“Eres tu mejor amigo/a”), se ha explicado que la fuente principal de nuestras emociones es la misma persona, sus pensamientos, reacciones fisiológicas y conductuales. Siguiendo la misma línea de razonamiento, el control y manejo de nuestro malestar dependerá en gran medida de nuestra habilidad y recursos.

### **2. OBJETIVOS**

- Tomar conciencia de la autocomunicación negativa.
- Distinguir entre las variables controlables e incontrolables de su vida.
- Desarrollar una postura activa ante el propio malestar físico y psicológico.
- Adquirir un estilo/método de afrontamiento basado en un plan de acción positiva.
- Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, se cuiden ellos mismos/as y sepan pedir ayuda (a las personas adultas significativas de su entorno: figuras de apego como padre, madre, otros familiares, tutor/a, médico/a, etc.) cuando tienen problemas emocionales/psicológicos.

### **3. DESARROLLO DE LA UNIDAD**

Todas las personas experimentan diferentes emociones positivas y negativas. Cuando se trata de emociones positivas apenas le damos vueltas porque las consecuencias son agradables: relajación, alegría, placer, etc. es decir, nos sentimos bien. Sin embargo, cuando se trata de emociones negativas las cosas cambian porque las consecuencias son aversivas: inquietud, ansiedad, pena, dolor, tristeza, rabia..., y nos sentimos mal.

¿Cómo se explican esas emociones? ¿De dónde surgen? Trataremos de dar una respuesta sencilla. La mayoría de las veces el origen está en la misma persona (sus pensamientos, su comportamiento, su respuesta ante los estímulos), aunque ello no significa que, en ocasiones, los elementos externos no ejerzan una influencia considerable e incluso incontrolable (por ejemplo cuando un ser querido está gravemente enfermo, en casa hay problemas económicos serios o ha sucedido una catástrofe natural: incendio, terremoto, etc.).

Consideremos la primera hipótesis: cuando el origen del malestar reside en la propia persona. Como ya sabemos todas las personas piensan o, dicho de otro modo, mantienen “conversaciones” interiores (acerca de lo que ellas mismas u otras personas han hecho o dicho; sus sensaciones corporales, etc.). El “diálogo interno”, dependiendo de qué tipo sea, provoca en nos- otros/as una atmósfera emocional positiva o derrotista.

Así, mientras un diálogo interno positivo es como un balón de oxígeno para nuestra autoestima, un diálogo interno derrotista actuará como un tóxico o veneno para la misma. El desencadenante de esta autocomunicación puede ser un estímulo externo (conductas de otras personas, sucesos naturales...) o un estímulo interno (un pensamiento, las propias reacciones fisiológicas, etc.). En cualquier caso una vez que se ha puesto en marcha funciona

igual y dependerá de cómo nos hablemos, qué frases nos digamos para que adquiera un tono más desmoralizador o uno más positivo y reparador.

Para aprender a manejar nuestro malestar es importante que desarrollemos un estilo de auto-comunicación positiva, orientada hacia la búsqueda de soluciones y el alivio emocional. Una vez que por cualquier razón se ha iniciado el autodiálogo negativo, un primer paso consistirá en hacernos conscientes de que ya nos hemos metido en el túnel oscuro. Un segundo paso consiste en parar esa carrera, para que a continuación -tercer paso- nos preguntemos por los motivos que precipitaron ese diálogo interno. Es absolutamente fundamental que la persona averigüe de dónde parte su malestar; para ello podrá utilizar preguntas del tipo: ¿Qué siento exactamente -tristeza, enfado, preocupación...? ¿Cuándo, en qué momento, he comenzado a sentirme de este modo? ¿Por qué? El siguiente paso se centrará en un plan de acción positiva, en los recursos que el sujeto puede movilizar para hacer frente a ese malestar: ¿Qué puedo hacer? ¿A quién puedo pedir ayuda o con quién puedo hablar?... ¿Cómo lo voy a hacer?

Es decir, se trata de educar nuestra autocomunicación interna, reorientándola y sustituyéndola por un lenguaje interno positivo, que, sobre todo, fomente una postura activa y de lucha (frente a una de abandono e indefensión) ante nuestro malestar.

#### **4. ¿QUÉ SE PUEDE TRABAJAR EN RELACIÓN CON ESTE TEMA?**

##### **a) El profesorado**

- Establecer una relación cercana, afectuosa y dialogante con el alumnado, basada en la aceptación y respeto hacia él mismo.
- Fijarse más en los esfuerzos y pequeños logros del alumnado, que en el resultado final.
- Aprovechar las situaciones ordinarias y naturales para practicar el método del "plan de acción positiva", haciendo una labor de modelado.

##### **b) La familia**

- Actuar de modelos y cuando algún miembro de la familia tenga dificultades adoptar una actitud tranquila, no dramatizar, y en voz alta analizar la situación e ir pensando y aportando soluciones realistas.
- Escuchar, comprender y responder a sus temores y preocupaciones sin ridiculizarles ni moralizar.
- Expresarles su afecto y amor incondicionales (tanto verbal como no verbalmente).
- Dejarles participar —en la medida de sus posibilidades— desde pequeños/as en decisiones (explicándole la situación, preguntando su opinión...) que le afecten a él o ella directamente y a la familia.

#### **5. ACTIVIDADES**

##### **Actividad 1: LA ABEJA MAYA Y CALIMERO**

###### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Tomar conciencia de la autocomunicación negativa.
- Desarrollar una actitud de afrontamiento ante el propio malestar físico y psicológico.

- Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, se cuiden ellos mismos/as y sepan pedir ayuda (a las personas adultas significativas de su entorno: figuras de apego -padre, madre, otros familiares, tutor/a, médico/a, etc.) cuando tengan problemas emocionales/psicológicos.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Conocer un método para hacer frente a las situaciones negativas.
- Explorar entre todos/as posibles recursos (cómo pedir ayuda, a quién...) para hacer frente a esas situaciones de "malestar".

#### **Actividad 2: LA TORTUGA CARLOTA Y SU “ESCUELA DE RELAJACIÓN”**

#### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Desarrollar una postura activa ante el propio malestar físico y psicológico.
- Adquirir un estilo/método de afrontamiento basado en un plan de acción positiva.
- Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, controlen su tensión utilizando técnicas de relajación cuando sientan nerviosismo o ansiedad.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Practicar la relajación muscular.
- Utilizar la imaginación como medio para relajarse.

#### **Actividad 3: LA NEGRITA KUKURUMBE**

#### **OBJETIVOS PRINCIPALES**

- Tomar conciencia de la autocomunicación negativa.
- Distinguir entre las variables controlables e incontrolables de la vida.
- Capacitar al niño y a la niña para que, en la medida de sus posibilidades, se cuiden ellos mismos/as y sepan pedir ayuda (a las personas adultas significativas de su entorno: figuras de apego -padre, madre, otros familiares, tutor/a, médico/a, etc.) cuando tengan problemas emocionales/psicológicos.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Conocer las personas que podrían ayudarnos cuando nos encontramos mal.

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

### **TÍTULO: “INCREMENTO DE LA AUTOESTIMA PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES PROVENIENTES DE FAMILIAS DESINTEGRADAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DULCE NOMBRE DE JESÚS”**

<b>PREGUNTA DE INVESTIGACION</b>	<b>OBJETIVO(S) DE LA INVESTIGACION</b>	<b>HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>VARIABLE(S)</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>TÉCNICAS</b>	<b>INSTRUMENTOS</b>
¿Cuál es la influencia de la aplicación de un programa de talleres de autoestima para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes provenientes de familias desintegradas de la Institución Educativa Dulce Nombre de Jesús, en las áreas de Matemática y Comunicación?	<p><b><u>OBJETIVO GENERAL</u></b></p> <p>Determinar la influencia de la aplicación de un programa de talleres de autoestima a los estudiantes provenientes de hogares desintegrados de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús”, distrito de Jesús – Cajamarca, en el mejoramiento del rendimiento académico de los mismos, en las áreas de Matemática y Comunicación.</p> <p><b><u>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Identificar los estudiantes que tienen bajo rendimiento académico, en las áreas de Matemática y Comunicación, provenientes de hogares desintegrados en la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, Cajamarca.</li><li>2. Desarrollar cinco talleres de autoestima con los estudiantes que presentan bajo rendimiento académico, en las áreas de Matemática y Comunicación, provenientes de hogares desintegrados de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, Cajamarca.</li><li>3. Evaluar el rendimiento académico en las áreas de Matemática y Comunicación, del primer y segundo trimestre, de los estudiantes proveniente de hogares desintegrados de la Institución Educativa “Dulce Nombre de Jesús” – Jesús, Cajamarca, después de la aplicación de los talleres de autoestima.</li></ol>	<p><b><u>HIPÓTESIS GENERAL</u></b></p> <p>La aplicación de un programa de talleres de autoestima a los estudiantes provenientes de hogares desintegrados influye significativamente en el rendimiento académico de los mismos, en las áreas de Matemática y Comunicación.</p>	<p><b><u>VARIABLE INDEPENDIENTE</u></b></p> <p>Baja Autoestima.</p>         <p><b><u>VARIABLE DEPENDIENTE</u></b></p> <p>Rendimiento académico.</p>	<p>Ítems de la encuesta de Coopersmith</p>         <p>Promedio del I y II trimestre, correspondiente a las áreas de Matemática y Comunicación, del año lectivo 2014</p>	<p>Test.</p>         <p>Revisión documental</p>	<p>Cuestionario de Coopersmith.</p>         <p>Libreta de Notas.</p>