

Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

CÓMO EDUCAR LA AUTOESTIMA EN EDUCACIÓN INFANTIL.

Trabajo fin de grado presentado por:	Susan Monrós Sánchez
Titulación:	Grado en Maestro de Educación Infantil
Línea de investigación:	Propuesta de intervención
Director/a:	R. Ignacio Madrid López

Valencia
24 de mayo de 2013
Firmado por:

CATEGORÍA TESAURO: 1.1.9 Psicología de la educación

INDICE

RESUMEN.	4
1. INTRODUCCIÓN.	5
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN.	5
1.2. OBJETIVOS.	6
1.3. APROXIMACIÓN METODOLÓGICA.	6
2. MARCO TEÓRICO.	8
2.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIAS EMOCIONALES.	8
2.2. AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO.	9
2.3. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA INFANCIA.	11
2.4. AUTOESTIMA Y FAMILIA.	13
2.5. AUTOESTIMA Y ESCUELA.	16
2.6. LA AUTOESTIMA Y LOS IGUALES.	19
2.7. EL NIÑO CON BUENA AUTOESTIMA.	20
3. MARCO METODOLÓGICO.	22
3.1. EVALUACIÓN DE LA AUTOESTIMA.	22
3.2. PROGRAMAS PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA.	23
3.2.1. Educar la autoestima. Métodos, técnicas y actividades. (Alcántara, 2001).	24
3.2.2. Autoestima ¿cómo desarrollarla? (Feldman, 2008).	25
3.3. ANÁLISIS.	26
4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.	28
4.1. ENFOQUE Y PROCEDIMIENTOS.	28
4.2. ACTIVIDADES.	29
4.3. PUESTA EN PRÁCTICA DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.	35
4.3.1. Contextualización.	35
4.3.2. Cronograma.	36
4.3.3. Procedimiento de aplicación.	37
4.3.4. Resultados y discusión.	38
5. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA.	44
5.1. CONCLUSIONES.	44
5.2. PROSPECTIVA.	45

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y BIBLIOGRAFÍA.....	47
6.1. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	47
6.2. BIBLIOGRAFÍA.	49
ANEXOS.	50
ANEXO I. ACTIVIDADES.....	51
ANEXO II. TABLA DE PUNTUACIÓN POR SUJETOS GLOBAL Y POR DIMENSIONES, OBTENIDAS PRE Y POST APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE FOMENTO DE LA AUTOESTIMA.	54

RESUMEN.

El desarrollo de la autoestima en la etapa de Educación Infantil es fundamental, ya que una autoestima positiva otorgará al niño un sentimiento de competencia para interactuar con su entorno. El niño que confía en quien le cuida y sabe que sus necesidades son cubiertas, confía en él y en los demás. El papel de la escuela y los docentes es determinante para la formación de una sana autoestima en los niños. En base a esta reflexión, se define el concepto de autoestima y las variables que favorecen su desarrollo. Del mismo modo, se analizan programas para su fomento, se diseña una propuesta de intervención y se presenta su aplicación en un aula de 4 años, tras lo cual se analizan los resultados obtenidos, en los que se observa una mejoría significativa de la autoestima, y se extraen conclusiones de los mismos.

Palabras clave: autoestima, Educación Infantil, dimensiones de la autoestima, escuela, intervención educativa.

1. INTRODUCCIÓN.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN.

En el ámbito teórico de la educación nadie pone en duda la importancia que tiene la inteligencia emocional en el desarrollo integral de los niños. Multitud de estudios e investigaciones avalan este hecho. El estudio realizado por Garaigordobil y Berrueco (2007) sugiere que existe una relación positiva entre niveles altos de autoconcepto en niños de 5 años y un buen nivel de inteligencia, empatía y creatividad.

No obstante, la sociedad actual prioriza el aprendizaje académico de nuestros niños: idiomas, lectoescritura, matemáticas... pero no da importancia a la educación de los sentimientos, valores, emociones. Los niños pasan mucho tiempo estudiando, realizando actividades extraescolares y, llevados por el ritmo frenético de nuestra vida, se nos olvida conversar con ellos, enseñarles a escuchar, a expresar sus sentimientos, valorar sus acciones...

En palabras de Goleman “dejamos al azar la educación emocional de nuestros hijos con consecuencias más que desastrosas. Como ya he dicho, una posible solución consistiría en forjar una nueva visión acerca del papel que deben desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas a la mente y al corazón” (Goleman, 1997, p. 17).

En el ámbito educativo, a pesar de estar sobradamente demostrada la importancia de la autoestima en el desarrollo de la personalidad, y que el fomento de la misma se recoge en los objetivos curriculares de etapa, apenas se realizan programas específicos en la etapa infantil.

Tal como plantea Bisquerra (2000), el desarrollo emocional y cognitivo progresan de forma paralela. Parte fundamental de la inteligencia emocional es la autoestima. Se considera que si se educa la autoestima del niño, se favorece su desarrollo integral (cognitivo, afectivo, motor y psíquico) y, por tanto, se cree que un objetivo fundamental en las aulas de educación infantil debería ser favorecer la autoestima equilibrada. Esta es definida por Ribes, Bisquerra, Agulló, Filella y Soldevila (2005) como la que se adapta a las propias características, con dosis importantes de valoración positiva, de confianza en las propias posibilidades y conocimiento de las dificultades, ya que es en los primeros años donde el autoconcepto y la autoestima comienzan a forjarse.

Es importante que los docentes tomen conciencia de la actual carencia existente en nuestra sociedad y, por tanto, en nuestro sistema educativo, en cuanto a la educación de la autoestima y que se le otorgue en el aula el lugar que le corresponde.

Por ello este trabajo de fin de grado quiere resaltar la necesidad de desarrollar la autoestima en esta etapa y, para ello, se plantea una propuesta de intervención para desarrollar la autoestima y se lleva a la práctica en un aula de Educación Infantil 4 años, ya que, como se recoge en Garaigordobil y Berrueco (2007), la aplicación de programas de intervención psicopedagógica para el enriquecimiento de la autoestima cumpliría una función preventiva en lo que a inseguridades y aislamientos se refiere, al promover la autoconfianza y la autorregulación de la conducta infantil.

1.2. OBJETIVOS.

Antes de pasar a desarrollar el marco teórico se definirán los objetivos generales y específicos de este trabajo.

- **Objetivo general:**

- Crear un programa de intervención para el fomento de la autoestima en Educación Infantil (4 años)

- **Objetivos específicos:**

- Realizar una revisión bibliográfica sobre la autoestima en la Educación Infantil.
- Analizar experiencia prácticas sobre programas de desarrollo de la autoestima en la Educación Infantil.
- Poner en práctica la propuesta de intervención, en un grupo de alumnos de Educación Infantil 4 años, para fomentar la autoestima.
- Extraer conclusiones tras la aplicación de dicho programa, que permitan valorar el mismo y su idoneidad.

1.3. APROXIMACIÓN METODOLÓGICA.

A continuación se pretende abordar el desarrollo de este trabajo de fin de grado desde cinco apartados diferentes:

- 1) *Marco teórico*, en el que se realizará una búsqueda bibliográfica que ayudará a definir la autoestima y su desarrollo, así como los agentes que intervienen en la formación de la misma.

- 2) *Marco metodológico*, en el que se hará una breve revisión de algunos programas de educación de la autoestima y se contextualizará el grupo de alumnos para el que se realizará la propuesta de intervención de desarrollo de la autoestima.
- 3) *Propuesta de intervención*, en el que se diseñará un programa de desarrollo de la autoestima para alumnos de 4 años, en función de la revisión teórica y el marco metodológico establecido en este trabajo de fin de grado.
- 4) *Puesta en práctica*, donde se explicará cómo se ha llevado a cabo este programa de desarrollo de la autoestima y con qué resultados.
- 5) *Resultados, conclusiones y prospectiva*, donde se analizan los resultados obtenidos, se extraen conclusiones de los mismos y se plantean posibles mejoras del programa o ampliaciones del mismo en un futuro.

2. MARCO TEÓRICO.

2.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIAS EMOCIONALES.

Goleman llamó la atención sobre la importancia del mundo afectivo con la publicación de su libro *La inteligencia emocional*, considerándolo determinante para el desarrollo integral de las persona. Para él, la infancia y la adolescencia constituyen de este modo una auténtica oportunidad para asimilar los hábitos emocionales fundamentales que gobernarán el resto de la vida (Goleman, 1997).

Goleman (1997) se refiere a la inteligencia emocional como a la capacidad de motivarnos y perseverar en nuestros empeños superando las posibles frustraciones, de controlar nuestros impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestro estado de ánimo, de evitar la interferencia de la angustia con nuestras facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

En este sentido, Goleman (1997) considera que las competencias de la inteligencia emocional actúan y se expresan en dos niveles:

- Las competencias personales (modo en que nos relacionamos con nosotros mismos, el domino de uno mismo), que son: autoconocimiento, autorregulación y automotivación.
- Las competencias sociales (modo en que nos relacionamos con los demás), que son: empatía y habilidades sociales.

Las competencias emocionales, por tanto, suponen un aspecto básico y primordial para el desarrollo integral de la persona. Citando a Bisquerra (2003), se entienden las competencias emocionales como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. Basándose en esta definición, Ribes et al. (2005) clasifican dichas competencias en 5 bloques de contenidos, entre los que se encuentra la autoestima:

- *Conciencia emocional*, entendida como la capacidad de reconocer tanto las emociones propias como las de los demás
- *Regulación emocional*, o capacidad para regular emociones desagradables, tolerar la frustración y saber posponer las gratificaciones.
- *Habilidades sociales* o capacidad de establecer relaciones sociales satisfactorias

- *Habilidades de vida* definida como capacidad de establecer una relación intrapersonal satisfactoria.
- *Autoestima*.

Una vez introducidas las competencias emocionales, se da paso a la definición del concepto de autoestima y su proceso de desarrollo, ya que para poder elaborar un programa de mejora de la autoestima, objeto de estudio de este trabajo, es necesario conocer primero su dimensión y desarrollo.

2.2. AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO.

Ferrerós (2007) plantea la autoestima como la competencia más importante de la inteligencia emocional. Esto es así dado que en la sociedad actual (competitiva y compleja) es necesaria la seguridad en uno mismo, además de los conocimientos y la inteligencia, para lograr salir adelante.

En primer lugar, se quiere señalar que aunque se habla del concepto de autoestima, al mencionar el mismo en el presente trabajo se está englobando el término autoconcepto, ya que

si el autoconcepto es la imagen que uno tiene de sí mismo (Rogers, 1951; Royce y Powell, 1983; Harter, 1990) y la autoestima es la valoración que hace el individuo de esa imagen (Garma y Elexpuru, 1999), la división no es solo artificial sino además forzada, pues la propia imagen es ya una interpretación filtrada por los metaesquemas cognitivos, impregnada de valoraciones y juicios (Ramos, 2008, pag 20).

Si bien es cierto que la mayoría de autores diferencian ambos términos en el aspecto teórico, no es menos cierto que esta diferenciación se diluye a la hora de trabajar empíricamente con ellos, ya que se trabaja como si fuera solo uno. El autoconcepto abarcaría la parte cognitiva, mientras que la autoestima sería el componente emocional del mismo. Además, algunos autores emplean ambas palabras como sinónimos (Shavelson, Rosenberg, Wells y Marwell, Fleming y Courtney, 1976; citado en Gonzalez y Tourón, 1992).

Ya que la tendencia más generalizada actualmente es la de aunar ambos conceptos, en adelante, cuando se hable de autoestima en este trabajo se estará haciendo referencia también al autoconcepto.

En el terreno de la psicología se pueden encontrar multitud de definiciones de autoestima, de entre las cuales aquí se destacan dos:

- Para Shavelson, Hubnes y Stanton (1976) la autoestima es la percepción que cada uno tiene de sí mismo, que se forma a partir de las experiencias y relaciones con el entorno, en las que las personas significativas desempeñan un papel importante.
- Para Alcántara (2001) sería la actitud hacia uno mismo, entendida esta como la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo.

Han sido muchos los autores que han investigado sobre este concepto y todos ellos han aportado aspectos relevantes que han profundizado en su conocimiento y ampliando sus horizontes, pasando desde los modelos de autoestima unidimensional típicos de los años 60 hasta la visión actual de modelo multidimensional del mismo, o conjunto de percepciones parciales del propio yo. A partir de esta visión, Esnaola, Goñi y Madariaga (2008) estructuran la autoestima en cuatro dimensiones: física (apariencia, habilidades y forma física), personal (moral y emocional), social (competencia, aceptación social y relación con iguales) y académica.

Como conclusión, Martínez-Otero (2007) establece una serie de las características de la autoestima más aceptadas por los autores:

- Multidimensional: las distintas dimensiones contribuyen a generar la totalidad.
- Estructurado: organizado en función de las experiencias y circunstancias de la persona.
- Jerarquizado: según la importancia de las dimensiones.
- Estable: ofrece resistencia al cambio, salvo que se aplique una intervención externa.
- Evaluativo y descriptivo: el sujeto se autovalora.

Como recoge Alcántara (2001), la autoestima se genera como resultado de la historia de cada persona. Con ello se hace referencia a que el conjunto de experiencias, vivencias, relaciones... que experimenta una persona a lo largo de su vida condicionaran su autoestima. Factor fundamental en el desarrollo de la misma será el entorno en el que viva un niño en sus primeros años, ya que es en estas edades en las que se forja el carácter y la personalidad de una persona y, por tanto, la imagen de sí mismo.

La autoestima es necesaria, pues si no nos valoramos es más fácil que se produzcan desequilibrios. Es requisito fundamental para superar conflictos y como garantía de desarrollo personal y social, autovalorarse de forma positiva, tal como recoge Martínez-Otero (2007).

Como ya se ha comentado, el objetivo fundamental con respecto a la autoestima sería, según se aprecia, lograr en los niños una autoestima equilibrada, pero para alcanzar este objetivo, es necesario conocer cómo se desarrolla la autoestima en los niños para poder intervenir en ella.

2.3. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN LA INFANCIA.

Existen múltiples teorías respecto al desarrollo de la autoestima. Ferrerós (2007) recoge la teoría de Maslow, referencia en el ámbito de la psicología social, que defiende la motivación humana como fruto de la búsqueda del desarrollo, la satisfacción y la felicidad, en contraposición de los traumas y tensiones que propugnan los psicoanalistas y conductistas.

Maslow distingue entre necesidades de déficit (fisiológicas, de seguridad, de afecto y de afiliación) y necesidades de desarrollo (autoestima y respeto por uno mismo; autorrealización del individuo: motivación y autoestima).

Según se recoge en el esquema siguiente, el lactante necesita cubrir sus necesidades básicas para garantizar su supervivencia: alimentación, sueño, higiene, seguridad. Es por ello que manifiesta en esta etapa alta sensibilidad a la aceptación del adulto (Ramos, 2008).

Superada esta fase, llega el momento de cubrir la necesidad de apego y afiliación. El bebe se siente seguro y ahora necesita sentirse valorado por los que le rodean. A esto lo denominamos la construcción de su autoestima.



FIGURA 1. Jerarquía de necesidades humanas (Ferrerós, 2007).

En un inicio, el niño construye su autoestima partiendo de la imagen que los demás proyectan de sí mismo, del reflejo que en ellos recibe: se ve, se reconoce y se valora a través de los ojos de los demás. En la formación de la autoestima influye por tanto, la propia percepción del sujeto sobre sí mismo como el feedback que recibe de los otros sobre las acciones que realiza, sus capacidades y características personales (Garaigordobil y Berrueto, 2007). Por ello, la imagen que tiene de sí mismo se modifica constantemente en función de las experiencias que

vive. Así pues, la valoración de los demás será la que ayude al niño a valorarse a sí mismo hasta que haya construido su autoestima (proceso que se alarga hasta pasada la adolescencia).

Como afirma Ramos (2008), de los 3 a los 6 años (etapa preoperacional de Piaget) se produce la progresiva afirmación del yo. Al final de esta etapa aumenta la relación con los iguales, permitiendo así la aparición de la referencia social comparativa. Comienza a poder valorar sus capacidades y a diferenciarse de los demás. Es en este momento en el que se asientan las bases de la autoestima.

Aparecen en esta etapa actitudes de oposición que buscan la afirmación de la individualidad, conductas de imitación y los juegos en los que asumen roles relacionados con los padres.

Como describe Ribes et al. (2005), los niños de 3 y 4 años se definen a sí mismos describiendo características concretas y observables (normalmente atributos físicos o actividades que realizan). A esta edad la autoestima suele variar, es arbitraria y poco coherente.

En la misma línea, Garaigordobil y Berrueco (2007) recogen que los niños de 5 años basan su conocimiento de sí mismos en atributos concretos como los comentados en el párrafo anterior, pero aún no son capaces de establecer una interconexión ni diferenciar los diferentes dominios que se muestran como dimensiones interdependientes. Por ello a esta edad se debe hablar de una autoestima global, sobre todo si se tiene en cuenta que en estas edades la imagen que el niño tiene de sí mismo es irreal y exagerada. Se asume, pues, que a estas edades tienen una autoestima idealizada y positiva.

A medida que avanza la capacidad de síntesis y abstracción, en la descripción de uno mismo se añaden rasgos de personalidad y psicológicos, provocando que dicha descripción sea menos idealizada y más ajustada a la realidad, como señalan Garaigordobil y Berrueco (2007). Por ello la autoestima tiende a disminuir con la edad.

Puede decirse pues, que la autoestima se construye generalmente como un aprendizaje no intencional, ya que todas y cada una de las vivencias y experiencias de la vida van a incidir y a determinar la misma.

Ferrerós (2007) recoge la explicación de Fritz Perls, psiquiatra fundador de la Gestalt, en la que afirma que cada individuo percibe la realidad según su propio filtro personal. Se elabora un mapa cognitivo en el que cada uno procesa sus experiencias, aprendizajes, informaciones y vivencias procedentes de padres, profesores, amigos, que quedan grabadas en el sistema nervioso central.

Debe ayudarse a los niños a que conozcan tanto sus cualidades como sus limitaciones para garantizar un desarrollo de la autoestima equilibrado.

La autoestima es pues pieza clave en la evolución del niño, ya que le es necesaria para afrontar los pequeños retos diarios que permiten lograr su independencia (andar, hablar, comer solo, explorar su entorno...).

La familia, profesores e iguales ejercen un papel fundamental en la formación y desarrollo de la autoestima ya que, como recoge Martínez-Otero (2007), la valoración recibida de los que nos rodean, las experiencias de éxito y fracaso y la interpretación que el sujeto hace de todas estas situaciones, contribuyen poderosamente a conformar la autoestima, la cual se afirmará positivamente si las relaciones sociales que el niño establecen con los otros se dan en un marco de afecto, respeto y cooperación (Loperena, 2008).

El agente primero y determinante en la formación de la autoestima de un niño es la familia, como va a verse a continuación.

2.4. AUTOESTIMA Y FAMILIA.

“Lo que les enseñas ahora es lo que serán mañana. Lo que viven en la infancia les acompañará siempre, les marcará una forma de ver la vida; es su herencia. Eso no se lo podrán arrebatar” (Ferrerós, 2007, p. 125).

Como ya se ha comentado, el bebé configura su imagen personal a partir de la información que le va llegando a través de la interacción con los adultos. La familia supone el primer entorno social en el que el recién nacido se relaciona, y por ello es de los padres de quienes recibe la primera información sobre sí mismo.

Ferrerós (2007) defiende la capacidad de introspección del ser humano, entendida esta como la capacidad de analizar los propios sentimientos, establecer una identidad propia y darle valor. La autora establece que dicha capacidad comienza a desarrollarse en el útero materno y que, por tanto, la percepción de los sentimientos maternos (angustia, rechazo, alegría...) pasarán a formar parte del inconsciente del niño, pudiendo llegar a tener consecuencias futuras.

Siguiendo esta idea, Ferrerós (2007) apunta que durante el embarazo, los pensamientos o sentimientos de los progenitores respecto al bebé que se está gestando producen una serie de cambios químicos y hormonales que éste recibe en su cerebro en formación. La alegría, el optimismo son vibraciones que se contagian, como la risa y el llanto, la tristeza o el nerviosismo.

Todas estas sensaciones actúan como hilo conductor en la construcción del área emocional del niño antes de nacer.

Las expectativas que tengan los padres sobre su hijo, por tanto, van a influir en la elaboración de la autoestima del niño, así como el estilo de crianza.

Estilos educativos	Características padres	Características hijos
Democrático	<ul style="list-style-type: none"> - Control firme pero abierto al razonamiento. - Normas basadas en el razonamiento - Afecto expresado muy frecuentemente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Buen nivel de autoestima - Responsables - Respeto por las normas - Sociables
Autoritario	<ul style="list-style-type: none"> - Normas firmes fundadas en fuertes convicciones - Valoración de la obediencia ante todo - Uso de poder para someter al niño - No otorga ninguna responsabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> - Rebeldía por impotencia - Actitud de huida - Baja autoestima y autonomía - Agresividad /sumisión
Permisivo	<ul style="list-style-type: none"> - Da amor y afecto pero con un control limitado - Disciplina inconsistente - Permiten que los niños tomen sus decisiones - Apelan a la razón para controlar al niño - Se consideran un recurso para su hijo 	<ul style="list-style-type: none"> - Inseguridad - Bajo rendimiento escolar - Baja tolerancia a la frustración - Cambios de humor frecuentes.
Indiferente	<ul style="list-style-type: none"> - Estilo no comprometido - No comprenden a sus hijos ni les exigen nada - No controlan sus actividades ni le apoyan - Pueden rechazar o ignorar sus responsabilidades 	<ul style="list-style-type: none"> - Baja autoestima - No acatan las normas - Baja empatía - Muy vulnerables a conflictos sociales

TABLA 1. Correlación entre estilos educativos y características de los padres y los hijos.

Ribes et al. (2005) determina que el estilo democrático es el que más contribuye a la formación de una autoestima adecuada, ya que se caracteriza por niveles altos de afecto, comunicación, control y exigencias.

En esta misma línea, Ferrerós (2007) afirma que unos padres exigentes en exceso pueden echar por tierra los esfuerzos de cualquier niño, hasta el más dotado. Por el contrario, otro niño menos brillante puede lograr mejores resultados si cuenta con el apoyo de sus padres.

Los padres tienen que reunir una serie de características, según exponen Douglas y Merritt (1993), para favorecer en los hijos un buen concepto de sí mismos:

- Deben tener un alto nivel de autoestima.
- Muestran respeto por los derechos y opiniones de los hijos
- Fijan límites definidos y claros sobre el comportamiento de sus hijos.

Como señala Ramos (2008), existe un elevado consenso en los investigadores acerca de la importancia de la familia y de los esquemas cognitivos en el resultado de este proceso de desarrollo de la autoestima. Palacios y Oliva (1991) remarcan el papel relevante de las familias, ya que el niño necesita sentirse valorado y aceptado por las personas más próximas, que confíen en sus posibilidades y valoren sus logros, que le ayuden a entender y cumplir las normas establecidas desde el razonamiento. Ribes et al. (2005) afirman que es contraproducente sobreproteger a los niños o, por el contrario, exigirles por encima de sus posibilidades. El niño debe percibir una valoración positiva de sí mismo, tener un sentimiento de confianza e ir consolidando una imagen positiva. Todo esto se logra desde la construcción de un adecuado vínculo de apego.

El apego puede definirse como el vínculo afectivo que el bebé establece con la figura materna (madre, padre o persona que lo atiende). Este vínculo será fundamental para el desarrollo emocional del bebé, ya que si éste es adecuado, el niño tendrá la seguridad y confianza suficientes para explorar su entorno y establecer relaciones afectivas adecuadas, contribuyendo así a su desarrollo integral. Polaino (2004) afirma el rol clave de la familia en la construcción de la autoestima, pues es el contexto natural en que ésta se origina y desarrolla, e indica el apego sano como uno de los factores fundamentales para un correcto proceso (citado en Ramos, 2008).

Tipos de apego	Autoestima
Seguro	Sana autoestima, propia de personas capaces de soportar críticas sin que eso logre modificarla.
Inseguro-Resistente o Ansioso-Ambivalente	Autoestima con tendencia a ser baja o a la subestimación, con propensión a la necesidad de aprobación de los demás, dependiendo su valor en gran parte de la estimación de los demás.
Ansioso-Desorientado-Desorganizado	Autoestima muy disminuida.

TABLA 2. Relación entre tipos de apego y desarrollo de la autoestima (Polaino, 2004), recogida en Ramos (2008)

Thompson (1999) considera que el contexto social es determinante para el crecimiento de la percepción y la comprensión emocional. Por ello, cuando los padres (o cuidadores) proporcionan un apego seguro, esto influye positivamente tanto en la percepción de los otros como de sí mismo.

Ferrerós (2007) aporta unas claves para que los padres puedan ayudar a sus hijos a desarrollar una autoestima positiva:

- Aceptarlo como es.
- Reforzar sus logros y animarlo.
- Reconocer sus méritos y huir de las etiquetas.
- Darle seguridad.
- Darle cariño incondicional.

Bloch y Merritt (1995) por su parte recogen una serie de recomendaciones para ofrecer al niño el estímulo necesario para desarrollar su autoestima, de las que se destaca las siguientes:

- Dar oportunidades al niño para que triunfe.
- Animarlo a tomar sus propias decisiones.
- Potenciar su creatividad, dejarlo que explore y se arriesgue
- Permitir que cometa errores y aprenda de los mismos
- Diferenciar al niño de su comportamiento: es éste el que está mal, no el niño.
- Evitar las comparaciones con otros niños.

Por último, André y Lelord (2005) abogan por fomentar la escucha paterna para ayudar al desarrollo de la autoestima. Los consejos que aportan son los siguientes:

- Tomarse tiempo para escuchar atentamente al hijo y hacerle precisar sus pensamientos y preocupaciones
- Evitar minimizar la importancia de sus preocupaciones.
- Mostrarle que sus dudas probablemente las comparten otros niños.
- No intentar tranquilizarle demasiado pronto, sin llegar a comprender su problema.
- Intentar hacerle pensar en sus propias soluciones antes de aportarle una.

Una vez desarrollado el apartado relativo a la familia, es necesario centrarse en el segundo agente educador: la escuela.

2.5. AUTOESTIMA Y ESCUELA.

“Los niños no sólo reciben una educación académica, una cultura, sino que aprenden cuáles son sus límites, sus posibilidades” (Ferrerós, 2007, p. 125).

Loperena (2008) afirma que al entrar en la escuela el niño se enfrenta a un nuevo contexto que le exige nuevas formas de comportamiento y de relacionarse con los demás, al

mismo tiempo que se amplían sus experiencias. Así mismo, aprende normas y códigos del mundo de los adultos que todavía no comprende. Toda esta situación puede resultarle difícil.

Como ya se ha comentado anteriormente, la escuela es el segundo agente educador de los niños y, por lo tanto, en el seno de la misma se les debe enseñar a que se conozcan bien, a que no se autoengañen, a tener criterios propios y a no dejarse llevar por los demás. En definitiva, como recoge Ferrerós (2007), enseñarles a hacerse respetar.

Esta intención se recoge en el objetivo principal del Real Decreto 1630/06 para el área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal: “Lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos: físico, motórico, emocional, afectivo, social y cognitivo y procurar los aprendizajes que contribuyen y hacen posible dicho desarrollo”.

No obstante, en la escuela sigue dándose mayor importancia a la transmisión de conocimientos, olvidándose en parte de la educación de la persona. En este sentido, Imbernon (1999) entiende que tanto la escuela como el aula (contexto donde las personas se implican en actividades, asumen papeles y participan de relaciones sociales) son contextos donde se desarrollan las capacidades no sólo de tipo cognitivo sino también de tipo afectivo, moral y social.

No puede olvidarse que el maestro constituye un modelo a seguir para los alumnos, y que a estas edades, los niños aprenden básicamente por imitación. Por ello, el maestro y la forma en que gestiona sus emociones se convierte en un marco de referencia. Es por ello que los alumnos con profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan en la escuela, aprenden sin pasar miedo y van construyendo una sana autoestima. Pero, sobre todo, la valía humana del profesor trasciende a ellos (Märtin y Boeck, 2004).

El docente debe seleccionar, programar y presentar al alumno estímulos y actividades que le hagan sentirse bien consigo mismo y favorezcan un adecuado desarrollo de su autoestima.

Pero no basta con la labor de un profesor aislado. Es evidente que esta influencia será muy positiva. Sin embargo esta influencia es mucho más profunda cuando actúan al unísono todos los educadores de un mismo centro. Es necesario un trabajo en equipo y en la misma dirección, si se desea alcanzar un nivel de eficacia significativo (Alcántara, 2001).

Elías, Hunter y Kress (2001) establecen tres condiciones necesarias para desarrollar el aprendizaje emocional en la escuela:

- 1- Escuelas concebidas como comunidades de aprendizaje, donde se integra el aprendizaje emocional con el académico: aprendizaje significativo para la vida.

- 2- Formación de trabajadores (profesores y administradores) para construir un aprendizaje social y emocional.
- 3- Papel activo de los padres, a través de la escuela de padres y actividades similares.

Por su parte, Alcántara (2001) establece unas pautas a seguir por parte del profesorado para trabajar la formación de la autoestima:

- 1- Desterrar toda expresión peyorativa de la imagen del alumno, no descalificarlo globalmente y, mucho menos, en público.
- 2- Tener una imagen clara de los valores y cualidades del alumno. Realizar atentas observaciones y reflexiones antes de emitir juicio alguno.
- 3- Estar convencidos de que los alumnos llegaran a interiorizar una autopercepción claramente positiva.
- 4- Aprovechar cualquier conducta buena, por pequeña que sea, para hacérsela ver al alumno.

Feldman (2008) presenta una serie de estrategias que pueden ponerse en práctica para desarrollar la autoestima en el aula, de entre las que destacan las siguientes:

- Aceptar a los niños por lo que son.
- Respetar a los niños, sus familias y sus culturas.
- Reconocer que hay muchas formas de talento.
- Convertirse en observadores de los niños.
- Diseñar un currículo en el que todos puedan tener éxito.
- Animarles a ser independientes y aceptar responsabilidades.
- Fijar reglas claras y expectativas de conductas.
- Ser justos y coherentes.
- Darles oportunidades para desahogar energía y emociones.
- Puede ser positivo cometer errores.
- Valorar la creatividad y originalidad.
- Hacer preguntas abiertas y aceptar respuestas.
- Animar a los niños a solucionar problemas.
- Crear autoestima y ser optimista.
- Ayudar a los niños a fijar metas y experimentar la recompensa.
- Usar estímulo en vez de recompensa.

Pero estas medidas no tendrán los mismos efectos en todos los alumnos; estos dependerán tanto de las características del educando como de su situación. El objetivo, según

Martínez-Otero (2007), es que el alumno se conozca, descubra cuáles son sus cualidades y avance en el proceso de desarrollo personal con la ayuda y orientación del educador y de los compañeros.

Para cerrar este apartado, se recoge el siguiente cuadro ya que se resume en él la gran influencia que los docentes ejercen en sus alumnos.

<p>Yo creo que los profesores pueden:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ayudar a los niños a creer en sí mismos• Proporcionar a los niños experiencias y recuerdos especiales• Ayudar a los niños a descubrir sus talentos y sueños animándolos y manteniéndolos con una amplia variedad de actividades• Proporcionar a los niños la destreza y el deseo de hacer sus sueños realidad• Favorecer el cambio en la vida infantil y en el mundo. <p>Yo creo en los profesores</p>
--

Cuadro recogido en Feldman (2008)

Establecida ya la importancia en el desarrollo de la autoestima de la familia y la escuela, se da paso al tercer agente socializador del niño: los iguales.

2.6. LA AUTOESTIMA Y LOS IGUALES.

Los compañeros de clase también juegan un papel importante en el desarrollo de la autoestima y la configuración de la propia imagen. El niño necesita y desea ser aceptado en su grupo social. Es fundamental que se sienta parte de un grupo para poder desarrollar su autoestima. Como apuntan Pérez y Garaigordobil (2004), la interacción con los iguales puede desempeñar un importante papel afectando tanto a los procesos de socialización, como a los procesos de desarrollo cognitivo y el desarrollo afectivo-emocional.

A estas edades el niño es especialmente sensible a las críticas y menosprecios de sus compañeros, que provocan en él una conciencia deprimente. Del mismo modo, son muy sensibles a la visión positiva que sus compañeros les proyectan. Las risas y alabanzas de los compañeros pueden alentar y reforzar comportamientos poco adecuados (Alcántara, 2001).

Por este motivo es conveniente trabajar con los alumnos para ayudarles a reflejar a sus compañeros una autoestima válida.

Del mismo modo, las investigaciones acerca de la autoestima y su relación con la conducta social muestran, tal como recogen Pérez y Garaigordobil, (2004), que los niños con alta autoestima tienen muchas conductas sociales adaptativas, prosociales, de ayuda y de respeto social.

Desarrollar la autoestima de los niños en esta etapa ayuda a prevenir conductas de retraimiento, aislamiento y timidez a la hora de relacionarse con sus iguales, ya que la autoestima baja se asocia a conductas sociales de apatía-retraimiento y de ansiedad-timidez (Pérez y Garaigordobil, 2004).

Llegados a este punto, es fundamental destacar cuáles son las características que pueden hacer ver a los docentes que sus alumnos poseen una autoestima positiva.

2.7. EL NIÑO CON BUENA AUTOESTIMA.

No hay un juicio de valor más importante, ningún factor más decisivo en su desarrollo y motivación psicológicos, que la estima que se tenga a sí mismo.

(Nathalien Brande, s.f)

Como ya se ha desarrollado anteriormente, la autoestima es el resultado de la acumulación de pensamientos, sentimientos y experiencias acerca de uno mismo. Si estas valoraciones son positivas, nos sentiremos bien con nosotros mismos.

Douglas y Merritt, (1995) recogen una serie de características que presentan los niños con un alto concepto de sí mismos:

- Sienten que son importantes, que importan.
- Saben controlarse emocionalmente.
- Son más responsables.
- Reconocen sus habilidades y talentos y están orgullosos de lo que hacen.
- Tienen un gran sentido del yo; actúan con independencia y no se dejan influenciar fácilmente por los demás.
- Creen y tienen fe en sí mismos; son capaces de arriesgarse y de afrontar desafíos.
- Expresan sus emociones y sentimientos.
- Toleran bien la frustración.
- Se sienten conectados con los demás, saben comunicarse y cómo hacer amigos.
- Se preocupan de su aspecto físico y se cuidan.

Por su parte, Ferrerós (2007) establece unas características para poder determinar si un niño tiene autoestima positiva o negativa.

Características autoestima positiva	Características autoestima negativa
Hacen amigos fácilmente	Son negativos
Muestran entusiasmo en actividades nuevas	Tienen un bajo concepto de sí mismos
Son cooperativos. Siguen las reglas si son justas	No arriesgan.
Pueden jugar solos o con otros	Tienen miedo a equivocarse
Les gusta ser creativos y tienen sus propias ideas.	Huyen del posible fracaso
Se muestran contentos, llenos de energía, hablan con otros sin esfuerzo.	Idealizan a los demás, independientemente de si son mejores o no.

TABLA 3. Comparativa de las características de la autoestima positiva y negativa.

El paso siguiente, después de conocer el estado de la autoestima de los alumnos, es realizar una propuesta de intervención que permita favorecer el desarrollo de su autoestima.

3. MARCO METODOLÓGICO.

En el punto siguiente se presenta una escala de medida de la autoestima como modo de evaluar la misma y se realiza una breve revisión de dos de los programas de desarrollo de la autoestima existentes.

3.1. EVALUACIÓN DE LA AUTOESTIMA.

Se considera relevante poder medir la autoestima de los alumnos a la hora de llevar a cabo un programa de intervención de la misma, ya que permitirá determinar la validez de este. Existen múltiples instrumentos de medida de la autoestima, algunos de ellos diseñados para medir la autoestima de los niños (Escala de autoconcepto Pies Harries, Test de autoestima escolar TAE...). Se propone emplear la escala de medida PAI (Percepción del Autoconcepto Infantil) para la valoración de la autoestima, ya que ésta se diseña para niños de Educación Infantil, y su aplicación, basada en la observación de dibujos, se considera muy adecuada para niños de 4-5 años.

La escala de medida PAI, además del constructo general autoconcepto, mide diez aspectos constitutivos del mismo en los niños y niñas de educación infantil (Villa y Auzmendi, 1999). Los diez aspectos son:

1. **Autonomía:** sentimiento de independencia.
2. **Seguridad:** confianza en uno mismo en la realización de las tareas.
3. **Deportes:** valía en la competición.
4. **Familia:** cómo se siente en su relación con la familia.
5. **Aula:** el niño en el mundo escolar que hace poco ha comenzado.
6. **Social:** relaciones sociales del niño.
7. **Sentimientos afectivos:** cómo se siente generalmente (triste, alegre, etc).
8. **Autovalía:** sentido de competencia propia.
9. **Aspecto físico:** apariencia física.
10. **Sentimiento de posesión:** de amigos, objetos, etc.

El PAI es una prueba creada por Aurelio Villa y Elena Auzmendi en la Universidad de Deusto. Su primer estudio de fiabilidad y de validez fue realizado con una muestra de 380 alumnos de 5 y 6 años de centros públicos y privados de la Comunidad Autónoma Vasca.

Es una prueba de fácil aplicación y corrección. Consta de treinta y cuatro ítems cada uno representado en un dibujo en el que hay un grupo de niños/niñas en una situación determinada

(en el colegio, en un cumpleaños, etc.). Dentro de la escena alguna de las figuras está realizando una actividad que podría ser calificada como representativa de una autoestima positiva y otra, u otras, están llevando a cabo la misma actividad pero en su matiz negativo.

Esta prueba tiene dos formas de aplicación, individual y colectiva. Además para cada una de las dos formas de aplicación hay un instrumento específico para niños y otro para niñas.

El investigador ha de ir introduciendo a los alumnos los treinta y cuatro ítems de que consta la escala. Previamente ha de repartir los treinta y cuatro dibujos eligiendo su forma (niño o niña) según su sexo.

Debe comenzar contando la historia correspondiente al ítem número 1, historia que tiene descrita en una hoja (“Aquí hay dos niños. A uno de ellos su madre le está atando los zapatos. El otro niño se los está atando solo. ¿Qué niño se parece más a ti?”). Este proceso se ha de seguir con los treinta y cuatro ítems que consta la prueba.

Las respuestas se recogen en un registro y se valoran de la siguiente forma: la que corresponde a una autoestima positiva con dos puntos y la contraria con 1 punto.

La media de puntuación propuesta por los autores de la Prueba PAI es de 61 en la forma colectiva, ya que afirman que a esta edad los niños presentan una autoestima alta. Por lo tanto, se considera que de 34 a 61 puntos refleja una autoestima baja, y de 62 a 68 refleja una autoestima alta.

3.2. PROGRAMAS PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA.

Como se ha visto hasta ahora, resulta imprescindible trabajar la autoestima en el aula de educación infantil, tanto por las características evolutivas de estas edades como por las directrices que nos marcan las leyes educativas en vigor.

Por ello, son muchos y variados los programas de educación de la autoestima que pueden encontrar en el mercado editorial que tratan de ayudar a padres y docentes a la hora de trabajar con los niños.

A continuación se analizan dos de los programas estudiados para realizar este trabajo de fin de grado ya que, aunque están enfocados para la etapa de primaria, resultan interesantes porque presentan actividades muy fáciles de modificar y adaptar a distintas edades y necesidades.

3.2.1. Educar la autoestima. Métodos, técnicas y actividades.
(Alcántara, 2001).

Este libro se presenta como un instrumento de trabajo para los profesores de Educación Primaria, y presenta actividades como estrategia y punto de partida para diseñar otras que se adapten a la realidad de nuestra aula.

El manual que presenta Alcántara se estructura en cuatro apartados:

- 1- Situar la autoestima en el contexto del desarrollo personal del niño en su totalidad.
- 2- Definición de la autoestima y sus componentes: cognitivo, afectivo y conductual.
- 3- Metodología para fortalecer la autoestima en el entorno escolar. En este apartado se exponen las estrategias y actividades atendiendo al componente que favorecen: cognitivo, afectivo o conductual.
- 4- Colaboración con la familia. Apartado fundamental porque una programación para educar la autoestima, “solamente podrá prosperar si es asumida por la familia, primero, y por el profesorado, después” (Alcántara, 2001, p. 8).

Alcántara presenta la autoestima como un elemento fundamental en el desarrollo personal, ya que condiciona el aprendizaje del alumno, sirve para superar las dificultades personales, fomenta la responsabilidad, apoya la creatividad, favorece la socialización saludable y garantiza la proyección futura de la persona. En definitiva, constituye el núcleo de la personalidad.

Para educarla plantea una serie de actividades que tienen por objetivo desarrollar los tres componentes de la misma. Para ello sugiere una serie de estrategias:

1. *Estrategias para desarrollar el componente cognitivo de la autoestima:*
 - Reflejo: reflejar las cualidades, capacidades y competencias que los demás observamos en los alumnos, siempre en el aspecto positivo.
 - Autoinspiración: facilitar que el propio alumno fabrique en su intelecto la percepción de sí mismo a través de estrategias como el autorreflejo (diario personal, carta, historieta...), autoinstrucción (empleo del lenguaje interior) o inoculación.
 - Dramatización: asignar al alumno un papel positivo que debe representar, identificándose con el mismo, lo que acabará operando un cambio de actitud y reforzando su autoestima.
 - Modelado: ofrecer modelos al alumno para que pueda imitarlos a través de técnicas como la presentación simbólica de modelos, reproducción reforzada, mediación verbal, mediación imaginativa y grabaciones “self”.

2. *Estrategias para desarrollar el componente afectivo de la autoestima:*

- Desterrar el uso de apodos o motes molestos.
- Adquirir el hábito de saludar.
- Desarrollar la actitud de compartir.
- Cultivar hábitos de cortesía.
- Utilizar el elogio.

3. *Estrategias para desarrollar el componente conductual de la autoestima:*

- Ejercitar la responsabilidad.
- Desarrollar la creatividad.

Las actividades aquí propuestas están enfocadas a la etapa de Educación Primaria, se realizan en gran grupo en su mayoría y sin necesidad de materiales muy específicos (se requieren materiales naturales del aula). El planteamiento de este programa es trabajar la autoestima de forma continuada a lo largo de todo el curso académico y de toda la etapa educativa.

3.2.2. Autoestima ¿cómo desarrollarla? (Feldman, 2008).

“Uno de los más valiosos y duraderos regalos que los maestros y padres pueden ofrecer a los niños es un sentido positivo de sí mismos” (Feldman, 2008, p. 7). De este modo queda justificado y definido cuál es el objetivo de este programa de la autoestima.

En este programa se recogen actividades que abarcan tres puntos:

1. Adquisición de la autoestima desde la cabeza.
2. Inspiración desde el corazón.
3. Proyectos que se pueden realizar con las manos.

En todas se incluyen objetivos, materiales, procedimientos e ideas para ampliar el aprendizaje. Todas las actividades se organizan en seis apartados:

1. Soy una maravilla. Aceptación de sí mismo: actividades enfocadas a estimarse a sí mismos.
2. Amigos, amigas, amigos. Experiencias de trabajo cooperativo: ayudan a desarrollar habilidades sociales.
3. Sentimientos y emociones. Afrontar de modo positivo: enseñan a reconocer emociones y aceptarlas.
4. Semejante y diferente. Celebrar la amistad.

5. Cambios. Adaptabilidad y autoprotección: actividades sobre salud y seguridad.
6. Para los padres y madres. Comunicación familia-escuela: actividades para realizar con los niños en casa.

Para desarrollar estas actividades Feldman aboga por un estilo de enseñanza individualizado, para lo que propone una serie de estrategias a seguir por parte del docente que se han recogido en el apartado *2.3 Autoestima y escuela* de este trabajo.

Además propone emplear técnicas de comunicación constructiva, de modo que se favorezca el desarrollo de una sana autoestima en los alumnos. Estas técnicas son:

- Escuchar porque así se muestra que nos importan y se les ayuda a conocer sus pensamientos y sentimientos.
- Bajar a su nivel y mirarles a los ojos al hablarles.
- Usar su tono de voz, lenguaje corporal y gestos.
- Decir lo que se siente y sentir lo que se dice, tener actitud positiva.
- Ser explícito con alabanza y crítica.

Por último, Feldman otorga especial importancia al cuidado del ambiente, ya que considera que éste ejerce una poderosa influencia en el desarrollo de la autoestima de los niños. Se trata de crear un aula en la que los alumnos puedan experimentar éxitos y desarrollar el sentido de su *yo* único. Se busca una organización del aula en la que los niños puedan ser independientes, cuidando que las actividades sean apropiadas, empleando rincones de aprendizaje, haciendo uso de los diferentes estilos de aprendizaje, permitiendo la elección por parte del alumno, atendiendo a la diversidad, implicándolos en la comunidad (tanto educativa como de su entorno)... “En un aula centrada en el alumnado, se desarrolla la autoestima de los niños a la vez que sus habilidades cognitivas y sociales” (Feldman, 2008, p.13).

3.3. ANÁLISIS.

Una vez analizados estos dos programas para el desarrollo de la autoestima, se concluye que para su aplicación en el aula es necesario que el docente conozca tanto las peculiaridades de su alumnado como los requisitos necesarios para aplicar las actividades que plantea el programa: materiales, temporalización, espacios...

Asimismo, es importante cuidar la forma de relacionarse el docente con los alumnos, creando un clima afectivo que dé seguridad y confianza a los niños. Son necesarias actividades que fomenten la independencia del alumno y el sentido de responsabilidad.

Es por ello que se consideran de especial utilidad para el desarrollo del programa de fomento de la autoestima objeto de este trabajo de fin de grado los siguientes aspectos de los dos programas analizados:

1. Estrategias para desarrollar el componente cognitivo de la autoestima. Especialmente es relevante para esta propuesta aplicar la técnica del Reflejo.
2. Estrategias para desarrollar el componente afectivo de la autoestima. Se destacan las estrategias de compartir, emplear el elogio y la cortesía.
3. Es de especial interés aplicar actividades dirigidas al gran grupo, para trabajar así la socialización y la cohesión del grupo.
4. Son actividades fáciles de trabajar ya que no requieren materiales específicos, y el planteamiento a largo plazo es muy adecuado (aunque para esta propuesta en concreto se parte de un tiempo limitado).
5. Es necesario adaptar algún aspecto de alguna de las actividades, ya que van enfocadas a la etapa de Educación Primaria, pero con muy pocas modificaciones resultan adecuadas para infantil.
6. Resultan muy adecuados para el programa de fomento de la autoestima en la etapa de infantil los siguientes apartados de Feldman:
 - Aceptación de sí mismo.
 - Trabajo cooperativo.
 - Sentimientos y emociones.
 - Celebración de la amistad.
7. Son de gran utilidad también para esta propuesta de intervención, las técnicas de comunicación constructiva.

Tras analizar brevemente estos dos programas de desarrollo de la autoestima, se destaca la especial importancia que tiene el componente social en estos programas, desarrollando actividades que fomenten aspectos tales como el valor de la amistad, el trabajo cooperativo, el concepto de compartir o la importancia de la relación con los iguales y la visión que tienen sus compañeros como factor determinante en la construcción de la visión de sí mismos.

Todo ello debe trabajarse, además de con las actividades especialmente diseñadas para trabajar la autoestima de los alumnos, de una forma globalizada en el día a día, integrando estas pautas en el quehacer diario del aula.

A continuación se procede a explicar y desarrollar la propuesta de intervención educativa objeto de este trabajo de fin de grado.

4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

Para realizar la propuesta de intervención se ha optado por basarse en los dos programas expuestos en el apartado anterior, así como en el análisis posterior que de ambos se ha realizado. Se parte de sus actividades, seleccionado aquellas que han parecido más apropiadas para el grupo de edad al que se dirige este trabajo, adaptándolas de modo que se ajusten a las características evolutivas y las necesidades de esta etapa.

4.1. ENFOQUE Y PROCEDIMIENTOS.

La metodología es uno de los elementos curriculares de máxima importancia para la consecución de las intenciones educativas. En ella se refleja el conjunto de decisiones que informan y definen la práctica educativa.

Se plantea una metodología que trabaje con planteamientos globalizadores e interdisciplinarios y con carácter integrador, basada en el juego, las actividades y experiencias en un ambiente cálido y confortable que proporcione seguridad al alumnado. Todo ello favorecerá el desarrollo de la autoestima.

Será necesario partir del nivel de desarrollo y conocimiento de los alumnos, procurando la construcción de aprendizajes significativos, promoviendo su actividad mental y su capacidad de “aprender a aprender”.

El docente debe ser creativo, buscando actividades y propuestas que atiendan a los intereses de los alumnos, los auténticos protagonistas del proceso de enseñanza.

En definitiva la metodología empleada en el desarrollo del presente programa será globalizadora, socializadora, integradora, realista, orientadora, participativa y creativa.

Por otra parte, se considera importante conocer cuál es el punto del que parten los alumnos con respecto a su autoestima, por lo que se propone aplicar una prueba de medida de la autoestima antes y después de aplicar el programa de desarrollo de la misma para poder valorar su impacto. Esta prueba será el PAI, descrito en el apartado 3.1 de este trabajo. Se analiza tanto la puntuación global como las puntuaciones obtenidas en cada una de las cuatro dimensiones que se han establecido. Estas son: física, social, personal y académica. Asimismo, se analiza el porcentaje de alumnos que presentan baja autoestima según los resultados del test.

Tras contemplar todo lo expuesto hasta el momento, se ha elaborado una propuesta de intervención para el aula de “los conejos” (aula de Educación Infantil 4 años que se contextualiza más adelante) en la que se pretende trabajar las dimensiones física, personal y social de la autoestima, ya que se considera que la académica, a estas edades va muy ligada a las otras tres. Principalmente se quiere trabajar la dimensión social de la autoestima ya que, como se ha comentado en la justificación del trabajo, se piensa que ésta queda relegada al olvido dentro de la sociedad actual. Además, como se menciona en el apartado de contextualización, en el aula hay un alumno con dictamen de escolarización que perturba el normal desarrollo del aula y, aunque en principio no parece afectar mucho al día a día, se piensa que si se aplica un programa de mejora de la autoestima puede favorecerse tanto el ambiente del aula como la percepción que de sí mismos tienen los niños.

Para lograr lo aquí planteado, se desarrolla un programa que consta de 13 actividades, la mayoría de las cuales se realizarán en grupo para atender la dimensión social de la autoestima.

4.2. ACTIVIDADES.

A continuación se presentan las actividades que se han elaborado, especificando en cada una de ellas el título de la misma, el objetivo que se pretende lograr, su desarrollo, los materiales necesarios para realizarla y la dimensión o dimensiones de la autoestima que se trabaja.

ACTIVIDAD 1	COSAS QUE ME GUSTAN DE MI
OBJETIVO	-Motivar a los alumnos para desarrollar las demás actividades -Potenciar el pensamiento positivo.
DESARROLLO	Sentados en la asamblea, les contaremos un cuento sobre un conejo (son la clase de los conejos) al que le gusta mucho ser como es. Habla de las partes del cuerpo que le gustan, de su gran sonrisa, de ser amable con sus amigos...Al tiempo que se lee, realizaremos las acciones que se nombran.
MATERIALES	El cuento “Cosas que me gustan de mi”
DIMENSIONES	Física, Personal y Social

ACTIVIDAD 2	REFLEJOS
OBJETIVO	-Desarrollar la autoestima a través de los comentarios positivos de los compañeros
DESARROLLO	Colocados en círculo en la asamblea, se colocará en el centro un alumno y el resto de compañeros tendrá que ir diciendo una cualidad positiva de él. Para que entiendan bien el desarrollo de la actividad y cojan confianza, se realizará primero con la profesora del aula. Esta actividad la realizaremos en cinco sesiones diferentes, en cada una de las cuales participarán cinco alumnos distintos.
MATERIALES	No son necesarios.
DIMENSIONES	Física, Personal y Social.

ACTIVIDAD 3	MI SILUETA
OBJETIVO	-Trabajar la capacidad de valorar cualidades positivas de los compañeros. -Desarrollar la autoestima a través de los comentarios positivos de los compañeros
DESARROLLO	Esta actividad se trabajará por grupos de seis niños y en cuatro sesiones diferentes. Se hará la silueta de un muñeco de cartulina para cada niño en el que pondremos la foto de cada uno. También haremos dibujos que simbolicen cualidades positivas (recoger, ser amable, compartir...) A cada grupo de niños se les dará los muñecos de otro grupo de alumnos. Cada niño coge una silueta, piensa en ese compañero y elige un símbolo que le represente. Después de pintarlo lo coloca en la silueta y se la pasa a otro compañero. Así hasta que todos hayan colocado un dibujo en cada silueta. De este modo, cuando acabe la programación, cada niño recibirá su silueta en la que se reflejará todo lo que sus compañeros valoran de él.
MATERIALES	Cartulinas para hacer las siluetas; fotos de los niños; dibujos de cualidades positivas; pinturas; pegamento.
DIMENSIONES	Personal y Social

ACTIVIDAD 4	¿QUIÉN SOY YO?
OBJETIVO	-Desarrollar la capacidad de describirse a uno mismo destacando las características más relevantes.
DESARROLLO	Esta actividad se trabajará por grupos de seis niños y en cuatro sesiones diferentes. En la mitad superior de un folio, escribimos pistas que el niño nos da para describirse: características físicas, gustos, juegos favoritos... En la mitad inferior los niños pegarán una cartulina doblada por la mitad (a modo de libro) en cuyo interior habrán hecho un dibujo de ellos mismos. Cuando todos los niños hayan realizado esta actividad, haremos un libro con todos los folios para poder trabajar con él más adelante.
MATERIALES	Un folio por niño; cartulina; colores; pegamento
DIMENSIONES	Física y Personal

ACTIVIDAD 5	MIS MANOS
OBJETIVO	-Fomentar los sentimientos positivos hacia uno mismo.
DESARROLLO	Hablaremos con los niños de todas las cosas que sabemos hacer y que nos hacen sentirnos orgullosos, tras lo cual, en una cartulina dibujarán la silueta de su mano y la recortarán (se ayudará a los que lo necesiten). Dentro de la silueta escribirán algo que les hace sentirse orgullosos de sí mismos. Con todas las huellas, haremos un mural que los niños pueden ir ampliando añadiendo manos conforme vayan aprendiendo cosas nuevas.
MATERIALES	Cartulinas; tijeras; pinturas.
DIMENSIONES	Personal y Social.

ACTIVIDAD 6	CÓMO ME SIENTO HOY
OBJETIVO	-Trabajar la exteriorización de los sentimientos.
DESARROLLO	En la asamblea, presentaremos a los niños un panel que podrán trabajar todos los días al llegar al aula. Es el panel de los sentimientos y en él, cada niño tendrá una casilla con su número de clase. Les presentaremos los cartones que representan distintas expresiones faciales: contento, triste, enfadado. De uno en uno tendrán que seleccionar el cartón que representa cómo se sienten y colocarlo en su casilla. Tras ello se les invitará a explicar porqué se sienten así y comentar cómo podemos ayudarle.
MATERIALES	Cartulinas para confeccionar panel, casillas y cartones de sentimientos.
DIMENSIONES	Personal y Social.

ACTIVIDAD 7	LA COSA MÁS MARAVILLOSA DEL MUNDO
OBJETIVO	-Reforzar la autoestima de los niños
DESARROLLO	Sentados en la asamblea, les presentamos a los niños una caja decorada y cerrada con un lazo y les decimos que en ella está lo más maravilloso del mundo. Les preguntamos qué creen que puede ser y hablamos un rato sobre ello. Abrimos la caja y les dejamos que miren dentro de uno en uno, pidiéndoles que no digan qué es lo que han visto hasta que todos hayan mirado. Les preguntamos por qué son lo más maravilloso del mundo.
MATERIALES	Una caja decorada; un lazo; un espejo para el fondo de la caja.
DIMENSIONES	Personal.

ACTIVIDAD 8	AMIGO MISTERIOSO.
OBJETIVO	-Desarrollar la capacidad de observar y valorar las características más relevantes de cada compañero.
DESARROLLO	Les contaremos a los niños que necesitamos que se conviertan en detectives para ayudarnos a descubrir a un amigo misterioso. Les iremos dando pistas para que descubran quien es el amigo misterioso: el color del pelo, los ojos, cosas que le gusta hacer... hasta que logren descubrir quién es. Repetiremos el juego con diferentes niños para ver si se conocen bien.
MATERIALES	No serán necesarios.
DIMENSIONES	Física, Personal y Social.

ACTIVIDAD 9	RED DE AMISTAD
OBJETIVO	-Fomentar el sentimiento de amistad a través de comentarios positivos dirigidos a los compañeros.
DESARROLLO	Sentados en la asamblea, les explicamos a los niños la actividad. Vamos a crear una red de amistad. Empezará la maestra cogiendo la lana. Dirá el nombre de un amigo y dirá porqué es su amigo (una cualidad positiva). Una vez hecho esto, cogerá el extremo del ovillo y le pasará el ovillo a ese amigo. Este repetirá la acción cogiendo la lana y pasando el ovillo a otro compañero. Así hasta que todos hayan cogido el ovillo de lana y dicho una cualidad positiva de un compañero. Si les apetece, puede hacerse una segunda vuelta para crear una red de la amistad aún más fuerte.
MATERIALES	Ovillo de lana.
DIMENSIONES	Social.

ACTIVIDAD 10	SUPERESTRELLAS
OBJETIVO	-Favorecer el sentimiento positivo de sí mismo.
DESARROLLO	Les daremos a cada niño una estrella de cinco puntas recortada en una cartulina amarilla. Cada niño pegará su foto en el centro y pensará cinco cosas positivas o características que los definan y, con nuestra ayuda, las escribirán en cada punta de la estrella (o nos las dictaran y las escribiremos). Una vez finalizadas las estrellas, las colgaremos del techo del aula.
MATERIALES	Cartulinas amarillas; fotos; pegamento.
DIMENSIONES	Física y Personal.

ACTIVIDAD 11	LIBRO ¿QUIEN SOY YO?
OBJETIVO	-Desarrollar la capacidad de observar y valorar las características más relevantes de cada compañero.
DESARROLLO	Con las fichas realizadas por los niños en la actividad ¿Quién soy yo? confeccionamos un libro con el mismo título. Después jugaremos a leer diversas fichas para intentar adivinar de qué compañero se trata.
MATERIALES	Libro ¿Quién soy yo?
DIMENSIONES	Física, Personal y Social.

ACTIVIDAD 12	MI LIBRO
OBJETIVO	-Trabajar la valoración de uno mismo a través de la autodescripción.
DESARROLLO	Los niños tendrán que rellenar un pequeño libro (hecho con folios cortados por la mitad y grapados) sobre ellos mismos poniendo su nombre en la portada y haciendo dibujos de él mismo, su familia, su casa, sus amigos, su mascota (o la que les gustaría tener) y cosas que le gustan. En la última página nos dictarán para que escribamos porque él es especial.
MATERIALES	Folios para hacer un libro para cada niño; pinturas; grapadora
DIMENSIONES	Física y Personal.

ACTIVIDAD 13	FIESTA DE LA AMISTAD
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> -Favorecer el sentimiento de grupo. -Desarrollar la capacidad de compartir. -Fomentar el gusto por hacer sentir bien a un compañero a través de un pequeño regalo/detalle. -favorecer su autoestima valorando el esfuerzo realizado a lo largo de todas las actividades.
DESARROLLO	<p>Como fin del programa, realizaremos una fiesta en la que realizaremos diferentes actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ceremonia: Se entregará a cada niño un título que acredite que han aprendido a ser “super-estrellas”. - Te invito: cada niño traerá algo para compartir en el almuerzo. Deberán presentar de uno en uno lo que han traído para almorzar e invitar a sus compañeros a compartirlo. - Amigo invisible: cada niño recibirá de su amigo invisible un regalo que habrán realizado previamente en clase. - Regalo al aula: haremos entrega de dos regalos para que se queden en el aula y puedan usarlos los niños más adelante. Regalaremos el Buzón del Amigo Secreto (hecho con una caja de cartón decorada) en el que podrán dejar mensajes positivos para sus compañeros firmando como A.S. (amigo secreto). También regalaremos las botellas anti estrés para que puedan hacer uso de ellas cuando necesiten desahogarse (hechas con botellas de plástico vacías y rellenas de diferentes productos que podrán usar para calmarse cuando lo necesiten). - Juegos: realizaremos distintos juego en los que los niños tengan que cooperar para lograr el objetivo.
MATERIALES	<p>Un título para cada niño; una caja de cartón para realizar el buzón.</p> <p>Para confeccionar las botellas anti estrés: 4 botellas de plástico vacías; zumo; purpurina; detergente líquido; colorante alimenticio; aceite.</p>
DIMENSIONES	Física, Personal y Social.

Una vez descrito el programa de desarrollo de la autoestima fruto de esta propuesta de intervención, se procede a describir en el próximo apartado la puesta en práctica del mismo y los términos en los que se llevó a cabo.

4.3. PUESTA EN PRÁCTICA DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

4.3.1. Contextualización.

Para realizar esta propuesta de intervención, se ha partido del grupo de educación infantil 4 años de un colegio de la Comunidad Valenciana.

El centro, de carácter público, imparte la educación en las etapas de Educación Infantil (2º Ciclo) y Educación Primaria. Consta de 9 unidades de Educación Infantil, con 225 alumnos y 19 unidades de Educación Primaria, con 475 alumnos.

En este centro se desarrollan programas plurilingües de educación lingüística (PIL y PIP) para fomentar el valenciano (lengua cooficial de la Comunidad Valenciana).

El colegio se ubica en una zona de nivel socio- económico media, con alto nivel de paro en la población. A él asisten alumnos de diversa procedencia y de variado estrato social, por lo que éste resulta muy variado.

El aula seleccionada para realizar la propuesta de intervención es el aula del's conills (los conejos), una de las tres de Educación Infantil 4 años. En ella se imparte la totalidad de la educación en lengua valenciana, acogiéndose así al Programa de Inmersió Lingüística (PIL).

En el aula hay 25 alumnos de los cuales 14 son chicas y 11 chicos. De ellos hay dos alumnos extranjeros que no presentan problema alguno con el idioma. Uno de los alumnos tiene un dictamen de escolarización por trastorno generalizado del desarrollo. Este niño presenta un comportamiento agresivo en ocasiones, no es capaz de seguir el ritmo de la clase, tiene serios problemas de lenguaje y de adaptación a las normas y vida de la escuela. Por todo ello distorsiona la normal consecución de la clase.

A pesar de ello, el grupo está cohesionado, trabaja bien y presenta un adecuado nivel de conocimientos para su edad. El ambiente de trabajo en el aula es agradable y existe buena relación tanto de los niños entre sí como con la tutora y el resto de personal que acude al aula.

El aula está distribuida por rincones que cambian según las necesidades del momento. No obstante, normalmente está el rincón del juego simbólico, el de las construcciones, el de las letras, el de los números y el del proyecto que estén trabajando en ese momento.

Trabajan por proyectos que eligen entre todos, recogiendo información por parte de las familias y poniendo en común lo que van aprendiendo.

La metodología que emplean es globalizada, partiendo del aprendizaje significativo, activa, buscando la motivación de los alumnos y poniendo especial cuidado en la afectividad, la socialización y la comunicación. Se tiene siempre en cuenta el tratamiento de la diversidad, buscando que cada alumno desarrolle al máximo sus capacidades. La evaluación del alumnado se hace básicamente partiendo de la observación directa.

El horario del aula es el siguiente:

Hora.	Rutina.
9:00 -9:30	Entrada. Asamblea (comentan cosas que les han ocurrido, hablan de lo que van a trabajar...)
9:30 – 10:30	Rincones /actividades.
10:30 -11:00	Se lavan las manos. Almuerzan. Recogen todo lo del almuerzo.
11:00- 11:45	Patio.
11:45 -13:00	Rincones/actividades.
13:00–15:00	Comida. Descanso.
15:00 -16:30	Asamblea. Rincones/actividades.

A continuación se presenta el cronograma de aplicación de las actividades.

4.3.2. Cronograma.

Semana 1

	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
9:20 -10:30		Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4
11:30 - 12:30				Sesión 5
15:00 - 16:30	Sesión 1			

Semana 2

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:20 -10:30	Sesión 6		Sesión 8		Sesión 10
11:30 - 12:30					Sesión 10
15:00- 16:30	Sesión 7		Sesión 9		

SESIÓN 1	ACTIVIDAD 1: Cuento “Cosas que me gustan de mí” ACTIVIDAD 2: Reflejos (1)
SESIÓN 2	ACTIVIDAD 2: Reflejos (2) ACTIVIDAD 3: Mi silueta/ACTIVIDAD 4:¿Quién soy yo?(1)
SESIÓN 3	ACTIVIDAD 2: Reflejos (3) ACTIVIDAD 3: Mi silueta/ACTIVIDAD 4:¿Quién soy yo? (2)
SESIÓN 4	ACTIVIDAD 2: Reflejos (4) ACTIVIDAD 3: Mi silueta/ACTIVIDAD 4:¿Quién soy yo? (3)
SESIÓN 5	ACTIVIDAD 2: Reflejos (5) ACTIVIDAD 5: Mis manos
SESIÓN 6	ACTIVIDAD 6: Como me siento hoy ACTIVIDAD 3: Mi silueta/ACTIVIDAD 4:¿Quién soy yo? (4)
SESIÓN 7	ACTIVIDAD 7: La cosa más maravillosa del mundo ACTIVIDAD 8: Amigo misterioso
SESIÓN 8	ACTIVIDAD 9: Red de amistad ACTIVIDAD 10: Superestrellas
SESIÓN 9	ACTIVIDAD 11: Lectura libro ¿Quién soy yo? ACTIVIDAD 12: Mi libro
SESIÓN 10	ACTIVIDAD 13: Fiesta amistad

4.3.3. Procedimiento de aplicación.

Para llevar a cabo esta propuesta de intervención se han mantenido previamente una serie de entrevistas con la tutora del aula de “los conejos” para conocer la realidad del aula: de qué forma trabajan los alumnos, cómo se comportan, qué intereses tienen...

Además se han revisado con ella las actividades del mismo, para asegurar así la conveniencia de su aplicación con este grupo de alumnos. La colaboración ha sido fundamental en la consecución del programa, ya que la tutora se ha implicado a la hora de facilitar toda la información posible sobre los alumnos y se ha interesado en las actividades, hasta el punto de sugerir mejoras o ampliaciones de las mismas a lo largo de la acción educativa. Se ha implicado

en el desarrollo de esta propuesta de intervención dejando plena libertad para la realización de la misma.

En consecuencia con lo comentado en el apartado 3.1 de este trabajo, se utilizó la escala de medida PAI a los alumnos para poder determinar el estado inicial de su autoestima y la validez o no del programa diseñado al pasar de nuevo la escala una vez finalizado el mismo. De las posibles conclusiones se hablará en el siguiente apartado de este trabajo.

En cuanto a la puesta en práctica de las actividades diseñadas para este programa de mejora de la autoestima, se llevan a la práctica durante el último trimestre del curso (en el mes de abril) a lo largo de dos semanas, como puede verse en el cronograma anteriormente expuesto. Se distribuyen a lo largo de 13 sesiones, y de su aplicación cabe destacar los siguientes aspectos:

4.3.4. Resultados y discusión.

4.3.4.1. Diario de actividades.

- *Actividad 1: lectura del cuento “Cosas que me gustan de mí”.*

Se encuentran motivados por la lectura del cuento. Participan de las acciones propuestas a lo largo de la lectura y hablan de lo que les gusta de ellos mismos una vez finalizada la lectura. A la vista del resultado obtenido, se decide iniciar la actividad 2 (reflejos) con la lectura del mismo en las sesiones siguientes.

- *Actividad 2: Reflejos.*

Esta actividad está planteada para realizarla a lo largo de 5 sesiones, pero se realizan solo 4 dado que el resultado no es el esperado. No les motiva mucho la actividad (a excepción del niño/a que está en el centro). Todos quieren salir a que les describan, pero les resulta muy difícil destacar cualidades positivas de sus compañeros que no sean físicas. En la sesión 2 se emplean los dibujos realizados para la actividad 3, en los que se reflejan comportamientos y actitudes positivas (saludar, sonreír, compartir) para facilitarles la tarea. Da mejor resultado, pero sigue resultándoles complicado. Finalmente se opta por que tan solo hable aquél alumno que quiere destacar algo de su compañero, para hacer la actividad más fluida. Mejora su puesta en práctica, pero no se consigue el objetivo planteado. No obstante, algunos alumnos si consiguen entrar en la dinámica de la actividad y hacer observaciones interesantes.

- *Actividad 3: Mi silueta.*

Se trabaja en 4 sesiones, con un grupo de alumnos cada vez, al tiempo que otro de los grupos trabaja la actividad 4 y los otros dos realizan actividades propuestas por la tutora en sus mesas. Esta actividad les resulta atractiva y motivadora, ya que los muñecos de cartulina con la foto de los compañeros les llama la atención. El desarrollo de la misma es desigual: un grupo de alumnos selecciona el dibujo que más representa al compañero que tienen en la foto pensando en él, mientras que otro grupo (más reducido), coloca dibujos al azar. A todos les resulta agradable recibir su muñeco una vez finalizada la actividad con los 4 grupos.

- *Actividad 4: ¿Quién soy yo?*

Como ya se ha comentado, esta actividad también se realiza en grupos durante 4 sesiones. Les gusta dibujarse y escribir sobre ellos mismos, pero en general les cuesta centrarse en ellos mismos, en cualidades de su personalidad.

- *Actividad 5: Mis manos.*

Les gusta la actividad. Algunos necesitan ayuda para hacer su silueta y recortarla, lo cual dificulta la realización de la actividad. A la hora de destacar lo que se les da bien hacer, los más inmaduros copian lo que dicen sus compañeros, pero en general el resultado es bueno.

- *Actividad 6: Hoy me siento...*

Les gusta la presentación del mural de los sentimientos. Uno a uno van saliendo y colocando su estado de ánimo (triste-contento-enfadado). Todos ponen su cara contenta y algunos no saben determinar el motivo, por lo que da la impresión de que no entienden realmente la finalidad de la actividad, aunque algunas respuestas resultan sorprendentes (“por estar con mis amigos”, “porque no me pegan”, “porque mis amigos están felices”, “porque quiero estar contento”). Al día siguiente, al entrar del patio, un grupo de alumnos se dirige solo al panel y empieza a cambiar su estado de ánimo en función de lo sucedido en el patio: “estoy enfadado porque x me ha pegado” “pues yo estoy triste porque le he pedido perdón y no me ha perdonado”...

- *Actividad 7: Amigo Misterioso.*

Esta actividad les resulta atractiva. La mayoría se muestran participativos y con ganas de adivinar de qué compañero se trata. Normalmente basta con 3 pistas para que adivinen de quién se trata, lo que refleja que son un grupo cohesionado que se conoce muy bien.

- *Actividad 8: La cosa más maravillosa.*

La presentación de la caja forrada les gusta mucho. Van mirando uno por uno lo que hay dentro y les sorprende y les gusta verse en el espejo. Mantienen el secreto hasta que todos han mirado. A la pregunta de ¿por qué son lo más maravilloso del mundo? No saben dar respuesta.

- *Actividad 9: Red de amistad*

Participan activamente en esta actividad. Empiezan a poder decir cosas positivas de sus compañeros sin referirse únicamente al aspecto físico o la vestimenta. Respetan su turno y, una vez finalizada la actividad. Les gusta mirar la red que se ha formado en el suelo, la pisan, la manipulan...

- *Actividad 10: Super-estrellas*

Esta actividad les resulta motivadora porque les gusta poner su foto en el centro de la estrella. Les resulta algo más fácil escribir cualidades suyas que en la actividad 4, pero aun es complicado.

- *Actividad 11: Libro ¿Quién soy yo?*

Es motivador para los alumnos ver el libro que se ha creado con todas sus fichas de ¿Quién soy? Se leen varios y entre todos tratan de descubrir de quien se trata. Resulta difícil adivinar porque las pistas que han escrito no son muy representativas, pero les gusta ver su trabajo convertido en un libro.

- *Actividad 12: Mi libro.*

Les gusta hacer un libro sobre ellos mismos y llevárselo a su casa. En general, trabajan bien y reflejan con dibujos lo que la actividad demanda.

- *Actividad 13: Fiesta de la amistad.*

En la asamblea hablan del significado de la palabra amistad (compartir, jugar, no pegarse, dar besos, abrazos...). También hablan del perdón. Después se colocan la corona de la amistad, que han confeccionado a lo largo de la semana. En la asamblea se realiza la actividad del amigo invisible, y cada uno sale a dar a su compañero el conejito que ha hecho para él. El que recibe el regalo de las gracias. Les gusta recibir y dar un regalo. Tras esto, uno a uno va mostrando a sus compañeros lo que ha traído para el almuerzo y se lo ofrece a los demás. Cuando todos lo han hecho, se sientan y disfrutan almorzando juntos, muy contentos y animados. A la vuelta del patio, se realiza la ceremonia de la amistad, en la que se les entrega a cada uno su título super estrella y los trabajos realizados (la silueta y la estrella). También se entrega al aula las botellas de los sentimientos y el buzón del amigo invisible, para que puedan seguir trabajando la autoestima en adelante. Se finaliza la sesión realizando un juego engrupo, pero no es posible realizar más por falta de tiempo.

4.3.4.2. Resultados de la escala de medida PAI.

Con respecto a la valoración de los resultados obtenidos en la aplicación de la escala de medida PAI antes y después de realizar la intervención, se observa lo siguiente:

La muestra analizada se compone de 25 elementos correspondientes a los 25 alumnos de la clase de “los conejos”. Las puntuaciones obtenidas, global y por dimensiones, al inicio del programa y a la finalización del mismo, se recogen en una tabla en el apartado de anexos (II). Se excluye del análisis estadístico a un sujeto, varón, que por motivos de salud no pudo asistir cuando se realizó el primer pase del cuestionario PAI, por lo que el análisis estadístico se realiza sobre un total de 24 sujetos.

El 56% (n=14) de los alumnos era de sexo femenino, y la edad media del grupo al inicio del estudio de $57,0 \pm 3,7$ meses. La distribución del alumnado según el trimestre del año en el que nacieron no muestra diferencias estadísticamente significativas.

La puntuación del test PAI, previa a la aplicación del programa, mostró un 25% (n=6) del alumnado en rango de baja autoestima. Las puntuaciones obtenidas, tanto global como por dimensiones se representan en la figura 1. El análisis por sexos no mostró diferencias estadísticamente significativas a nivel de puntuación global y dimensiones física, social, o personal ($p=0,13$; $p=0,28$; $p=0,11$; $p=0,57$, respectivamente). Si que se aprecia diferencia estadísticamente significativa al analizar los datos correspondientes a la dimensión académica (niña 8 p25:8, p75:8; niño 8, p25:6.75, p75:8; $p=0,047$). El análisis por trimestres no mostró diferencias estadísticamente significativas entre los grupos.

Los datos obtenidos sobre estas mismas variables tras la aplicación del programa se representan de nuevo en la figura 1 de forma comparativa con las anteriores. Un 16,7% (n=4) de sujetos se encontraban en rango de baja autoestima. El análisis de las puntuaciones obtenidas en función del sexo o de la edad no mostró diferencias estadísticamente significativas entre grupos.

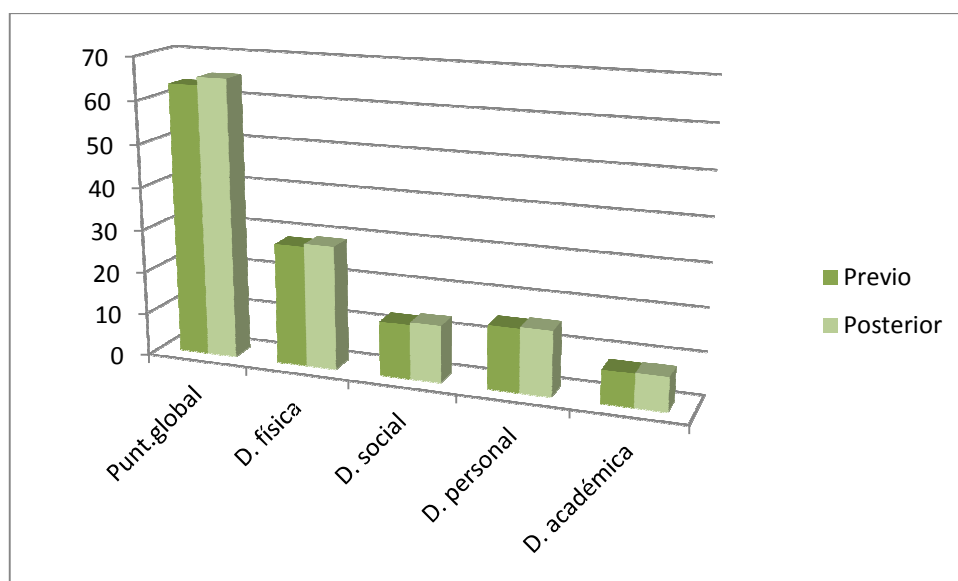


FIGURA 1: Puntuaciones, global y por dimensiones, obtenidas en la aplicación del test PAI.

El análisis ANOVA de medidas repetidas encuentra un aumento, estadísticamente significativo, de las puntuaciones globales del test de PAI después de aplicar nuestro programa de intervención ($63,3 \pm 4,2$ vs. $65,2 \pm 3,9$, $p=0,005$). Cuando se analizan por separado las dimensiones, encontramos aumento significativo de las puntuaciones correspondientes a la dimensión física ($28,2 \pm 1,9$ vs. $28,9 \pm 1,9$, $p=0,029$) y social ($12,7 \pm 1,5$ vs. $13,3 \pm 1,2$, $p=0,029$), pero no así en la dimensión personal ($14,8 \pm 1,0$ vs. $15,1 \pm 1,1$, $p=0,10$) ni en la académica ($7,7 \pm 0,6$ vs. $7,9 \pm 0,4$, $p=0,16$).

No se realiza análisis en función de sexo o trimestre ya que previamente no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en función de los mismos excepto en la dimensión académica basal por sexos, dimensión que por otro lado en su análisis de medidas repetidas no ha mostrado cambios significativos.

4.3.4.3. *Discusión.*

A la vista de los resultados obtenidos, se pone de manifiesto, que la autoestima de los niños de 4-5 años mejora tras la aplicación del programa de fomento de la autoestima diseñado. Similares resultados se recogen en otros estudios, como los de Rodríguez, (2007), Garaigordobil y Pérez (2001) y Gomendio y Maganto (2000), los cuales reflejan los beneficios que se obtienen al comenzar en una edad temprana a trabajar el aspecto de la autoestima.

Por otra parte, a lo largo de la puesta en práctica del programa se ha podido observar que los alumnos, a medida que se sucedían las sesiones, se iban sintiendo más cómodos y seguros con la consecución de las actividades. Como ya se ha comentado en el diario de actividades, en un principio les costaba centrarse en aspectos de ellos mismos o de sus compañeros que no

fueran puramente características físicas o posesiones materiales; pero a lo largo de las sesiones, se ha observado una mejoría en este aspecto, siendo capaces de conectar más con el aspecto emocional, destacando las actitudes, las capacidades...

Los alumnos se han mostrado receptivos a realizar las actividades en todo momento, y el hecho de poder comprobar directamente el resultado de las mismas les ha hecho sentirse orgullosos de su trabajo.

En cuanto a los regalos realizados al aula, los recibieron con mucha ilusión y disposición para utilizarlos en el día a día del aula.

5. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA.

5.1. CONCLUSIONES.

Una vez finalizado el trabajo de fin de grado, se analiza la consecución de los objetivos planteados al inicio del mismo.

Al inicio de esta propuesta, se plantea como objetivo general *Crear un programa de intervención para el fomento de la autoestima en Educación Infantil (4 años)*. Para ello se diseña el programa para el fomento de la autoestima para el aula de “los conejos”.

Tras *realizar una revisión bibliográfica sobre la autoestima en la Educación Infantil*, primer objetivo específico planteado, se concluye que existe multitud de investigaciones sobre el origen y desarrollo de la misma con distintas posturas o enfoques, pero todos los autores coinciden en señalar la autoestima como un pilar fundamental en el desarrollo integral del niño y en que una sana autoestima favorece la formación de una persona segura de sí misma, con confianza y capacidad de adaptación.

Como segundo objetivo específico se propone *analizar experiencia prácticas sobre programas de desarrollo de la autoestima en la Educación Infantil*. Es limitado el número de las mismas en el campo de educación infantil. No obstante, si pueden encontrarse experiencias interesantes para la etapa de Educación Primaria que son fáciles de adaptar para el segundo ciclo de Educación Infantil.

Poner en práctica la propuesta de intervención en un grupo de alumnos de Educación Infantil 4 años para fomentar la autoestima, es el tercer objetivo específico de este trabajo de fin de grado. Por ello se pone en práctica el programa de fomento de la autoestima con el aula de “los conejos”.

Como último objetivo específico se plantea *extraer conclusiones tras la aplicación de dicho programa, que permitan valorar el mismo y su idoneidad*. Se concluye:

- El trabajo en el aula ha resultado muy positivo, ya que el ambiente generado ha sido muy propicio. Los alumnos se mostraron con mucha disposición para realizar las actividades que se les plantearon y participar de forma activa en todas ellas. Se han sentido motivados para el trabajo y felices con los resultados.

- En el desarrollo de las mismas, se observa que los alumnos tienen dificultades para definirse a sí mismo o a los compañeros con cualidades psicológicas, actitudes, aptitudes...

Se centran principalmente en aspectos físicos y de posesiones materiales para definirse. A lo largo de las sesiones se puede observar una mejoría en este aspecto, por lo que se deduce que serán capaces de fijarse y valorar otros aspectos si se practica habitualmente.

- La actividad *Reflejos* se realizó en las primeras sesiones pensando que sería un buen modo de familiarizarse con estas actividades y motivarlos para el trabajo, pero dadas las dificultades que presentaron para fijarse en cualidades positivas de sus compañeros, se considera que dicha actividad funcionaría mejor hacia el final del programa, cuando los alumnos ya se han acostumbrado más a buscar aspectos psicológicos o de la personalidad.

- En la actividad de la *Fiesta de la amistad*, demostraron entender bien el concepto de compartir, disfrutando del hecho de aportar algo suyo para el almuerzo, dando y recibiendo regalos hechos por ellos mismos y participando de esta actividad con especial armonía.

- Se ha observado que las sesiones en las que no ha participado el alumno con dictamen de escolarización por trastorno generalizado del desarrollo (por estar enfermo o tener atención con logopedia), las actividades han podido realizarse de forma más relajada, con lo que se confirma que la actitud de este alumno perturba el normal desarrollo del aula. No obstante, este se encuentra perfectamente integrado y sus compañeros intentan ayudarlo y guiarle sobre cómo debe comportarse.

- A partir de los resultados obtenidos tras realizar la medida de la autoestima previa a la realización del programa y posterior al mismo a través de la escala de medida PAI, se concluye que la aplicación del programa de desarrollo de la autoestima produce una mejora significativa de la misma en el grupo estudiado. Esta mejora se produce especialmente en las dimensiones física y social.

5.2. PROSPECTIVA.

En vista de los resultados obtenidos, se considera que resultaría beneficioso para la autoestima de los alumnos de la etapa de Educación Infantil, trabajar la autoestima a través de un programa de desarrollo de la misma que pueda llevarse a cabo a lo largo de toda la etapa educativa, ya que queda demostrado que es posible mejorar la autoestima a través de actividades específicamente diseñadas para ello.

Por otra parte, como señala Feldman (2008), no basta con aplicar estas actividades de forma aislada. Es necesario crear un ambiente en el aula que favorezca trabajar la autoestima de forma globalizada a lo largo de toda la jornada educativa. Es necesaria una actitud positiva por

parte del docente, dialogante, abierta a la comunicación, afectiva, que permita al alumno desarrollarse sintiéndose seguro, aceptado y valorado.

Se considera que sería necesario ampliar este programa de desarrollo de la autoestima haciendo partícipe a las familias, tal como establecen Elías, Hunter y Kress (2001), realizando una reunión previa en la que se les explique los objetivos que van a trabajarse en el aula y de qué manera, facilitándoles una guía en la que se expliquen las actividades a realizar y pidiendo su colaboración en todo lo que sea posible.

En definitiva, la autoestima no es un aspecto que pueda y deba trabajarse únicamente a lo largo de una quincena (como ha sido el desarrollo de este programa). Como ha quedado fundamentado a lo largo del marco teórico de este trabajo de fin de grado, es un pilar fundamental en el desarrollo integral del niño, y como tal debe tratarse en el aula. Atendiendo a la necesidad de que siga trabajándose la autoestima en el aula, en la última actividad de este programa se hizo entrega de dos regalos al aula de los conejos: el *buzón del amigo invisible* y las *botellas de los sentimientos*, con la intención de dotar a los alumnos de instrumentos con los que poder continuar trabajando la autoestima. Con el mismo objetivo se planteó el panel *Hoy me siento...*

Así pues, se considera de interés realizar nuevos estudios con un número mayor de sujetos y con un grupo control, en un tiempo más prolongado, para poder determinar si persisten las diferencias en la medida de la autoestima o si en estas edades la autoestima va mejorando de forma natural conforme aumenta la edad de los alumnos. No obstante, para intentar minimizar este posible sesgo, se ha realizado un análisis en función de la edad del alumno (por trimestres), sin encontrar diferencias significativas entre los distintos grupos etarios. Además sería de interés identificar factores predictores de mejora de la misma.

También sería interesante volver a medir la autoestima al cabo de unos meses, para poder determinar si los efectos positivos del programa persisten.

Para finalizar cabe resaltar, como dice Ribes et. al. (2005), que el maestro de Educación Infantil, como mediador en este proceso de desarrollo, necesita de una formación continua tanto para acercarse a nivel personal, al perfil o modelo humano-pedagógico que coincida con las competencias emocionales que quiera desarrollar en el aula como para incorporar a nivel profesional nuevas estrategias y actividades educativas que ayuden a desarrollar la autoestima en los alumnos.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y BIBLIOGRAFÍA.

6.1. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Alcántara, J.A. (2001). *Educar la autoestima. Métodos, técnicas y actividades*. Barcelona: Ceac.
- André, C. y Lelord, F. (2005). *La autoestima*: Barcelona: Kairós.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21 (1), 7-43.
- Douglas, B. y Merritt, J. (1995). *El pensamiento positivo y los niños*. Madrid: Los libros del comienzo.
- Elías, M.; Hunter, L. y Kress, J. (2001). Emotional intelligence and education. En J. Chiarrochi, J. Forgas y J. Mayer (2001). *Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry* (pp. 133-149). Philadelphia: Psychology Press.
- Esnaola, I., Goñi, A y Madariaga, J.M. (2008). El autoconcepto: perspectiva de investigación. *Revista de psicodidáctica*, 13 (1), 179-194.
- Ferrerós, M. (2007). *Abrázame,mamá. El desarrollo de la autoestima infantil y juvenil*. Barcelona: Planeta.
- Feldman, J. R. (2008). *Autoestima ¿cómo desarrollarla?. Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas....* Madrid: Narcea.
- Garaigordobil, M. y Berruero, L. (2007). Autoconcepto en niños y niñas de 5 años: relaciones con inteligencia, madurez neuropsicológica, creatividad, altruismo y empatía. *Infancia y aprendizaje*, 30(4), 551-564.

- Garaigordobil, M. y Pérez, J.L. (2001). Impacto de un programa de arte en la creatividad motriz, la percepción y el autoconcepto en niños de 6-7 años. *Boletín Psicología*, 71, 45-62.
- Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional*. Barcelona:Kairós.
- Gomendio, M. y Maganto, C. (2000). Eficacia y mejora del desarrollo psicomotor, el autoconcepto y la socialización a través de un programa de actividades físicas. *Apunts: Educación física y deportes*, 61, 24-30.
- Gonzalez, M.C. y Turón, J. (1992). *Autoconcepto y rendimiento escolar: sus implicaciones en la motivación y en la autorregulación del aprendizaje*. Pamplona: Eunsa.
- Imbernon, F. (1999). *Amplitud y profundidad de la mirada: la educación ayer, hoy y mañana*. Barcelona: Graó.
- Loperena, M. (2008). El autoconcepto en niños de cuatro a seis años. *Tiempo de educar*, 9 (18), 307-327.
- Märtn, D. y Boeck, K. (2004). *Qué es la inteligencia emocional*. Madrid:Edaf.
- Martinez-Otero, V. (2007). *La inteligencia afectiva*. Madrid:CCS.
- Palacios, J. y Oliva, A. (1991). *Ideas y actitudes de madres y educadores sobre la educación infantil*. Madrid: CIDE. Ministerio de Educación y Ciencia.
- Pérez, J. y Garaigordobil, M. (2004). Relaciones de la socialización con inteligencia, autoconcepto y otros rasgos de la personalidad en niños de 6 años. *Apuntes de Psicología*, 22 (2), 153-169.
- Ramos, R. (2008). *Elaboración y validación de un cuestionario multimedia y multilingüe de evaluación de la autoestima*. Granada: Editorial de la Universidad de Granada.
- Real Decreto 1630/06 (BOE, Decreto de mínimos) *Ministerio de Educación de España*.

- Ribes, R., Bisquerra, R., Agulló, M.J., Filella, G. y Soldevilla, A. (2005). Una propuesta de intervención de currículum emocional en educación infantil (3-6 años). *Cultura y educación*, 17 (1), 5-17.
- Rodriguez, E. (2007). Aplicación del Arteterapia a aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas: “Me siento vivo y convivo”. *Arteterapia_ Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 2, 257-291.
- Shavelson, R. J.; Hubner, J. J. y Stanton, G. C. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46 (3), 407-441.
- Villa, A. y Auzmendi, E. (1992). *Medición del autoconcepto en la edad infantil (5-6 años)*. Bilbao: Mensajero.

6.2. BIBLIOGRAFÍA.

- Ibarola, B. (2003). *Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 6-8 años*. Madrid: SM.
- Lopez, E. (2007). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Madrid: Wolters Kluwer España.
- Palmiro, F. (2008). *Motivación y emoción*. Madrid: Mc.Graw-Hill.
- Rojas Marcos, L. (2007). *La autoestima*. Madrid: Espasa-Calpe.
- Teixidor, M. (2001). ¿Qué se ha de aprender en las escuelas de 3-12? *Aula de innovación educativa*, 101, 79-83.
- Valles, A. (1994). *Programa de refuerzo de las habilidades sociales. Cuaderno para mejorar las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas*. Madrid: EOS.

ANEXOS.

ANEXO I. ACTIVIDADES.

Actividad 1 “Cuento: Cosas que me gustan de mí”.



Actividad 3 “Mi silueta”. Imágenes.



Resultado.

Actividad 4 “¿Quién soy yo?”



Actividad 5: “Mis manos”.



Actividad 6. “Hoy me siento...”



Actividad 9: “Red de Amistad”.



Actividad 10: “Super-estrellas”



Actividad 11: “Libro Quién soy yo”



Actividad 12: “Mi libro”.

LIBRO DE:	ESTE SOY	MI FAMILIA	MI CASA
MI MASCOTA	MIS AMIGOS	COSAS QUE ME GUSTAN.	

Actividad 13: “Fiesta de la amistad”.



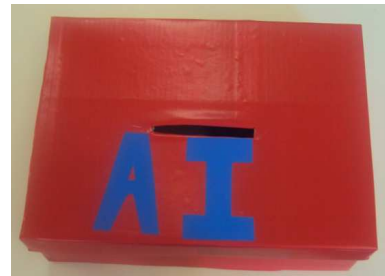
Ofrecen su almuerzo.



Comparten .



Títulos “super-estrella”.



Buzón de Amigo Invisible.



Botellas de los sentimientos.



ANEXO II. TABLA DE PUNTUACIÓN POR SUJETOS GLOBAL Y POR DIMENSIONES, OBTENIDAS PRE Y POST APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE FOMENTO DE LA AUTOESTIMA.

	Punt_global	PUNT_GLOBAL_B	Autoestima	AUTOESTIMA_B	D_Fisica	D_FISICA_B	D_Social	D_SOCIAL_B	D_Personal	D_PERSONAL_B	D_Academica	D_ACADEMICA_B
1	64	64	Alta	Alta	28	28	14	14	14	15	8	7
2	62	66	Alta	Alta	27	30	12	12	16	16	7	8
3	68	68	Alta	Alta	30	30	14	14	16	16	8	8
4	66	67	Alta	Alta	30	30	13	14	15	15	8	8
5	64	66	Alta	Alta	29	30	13	14	14	14	8	8
6	66	67	Alta	Alta	30	30	12	13	16	16	8	8
7	65	68	Alta	Alta	30	30	13	14	14	16	8	8
8	66	66	Alta	Alta	29	29	14	13	15	16	8	8
9
10	54	57	Baja	Baja	24	24	10	12	13	13	7	8
11	66	65	Alta	Alta	28	30	14	13	16	14	8	8
12	68	66	Alta	Alta	30	29	14	14	16	15	8	8
13	68	68	Alta	Alta	30	30	14	14	16	16	8	8
14	60	64	Baja	Alta	27	30	11	13	14	13	8	8
15	66	67	Alta	Alta	30	30	13	14	15	15	8	8
16	66	68	Alta	Alta	29	30	14	14	15	16	8	8
17	65	67	Alta	Alta	28	29	13	14	16	16	8	8
18	58	61	Baja	Baja	25	25	12	14	13	14	8	8
19	66	68	Alta	Alta	30	30	14	14	14	16	8	8
20	62	61	Alta	Baja	28	27	13	12	15	14	6	8
21	60	67	Baja	Alta	27	30	10	13	15	16	8	8
22	64	67	Alta	Alta	28	29	13	14	15	16	8	8
23	56	68	Baja	Alta	25	30	10	14	13	16	8	8
24	54	52	Baja	Baja	25	24	10	9	13	13	6	6
25	66	67	Alta	Alta	30	30	14	13	15	16	7	8
26												