

**Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación**

LA AUTOESTIMA EN NIÑOS DE 4-5 AÑOS, EN LA FAMILIA Y EN LA ESCUELA

Trabajo fin de grado presentado por: Maria Rosa Broch Álvarez

Titulación: Grado de Magisterio de educación infantil

Línea de investigación: Iniciación a la Investigación Educativa

Director/a: Ana María Aguirre Ocaña

BARCELONA

20/07/2014

Firmado por: MARIA ROSA BROCH ÁLVAREZ

CATEGORÍA TESAURO: 1.1.9. Psicología de la Educación

RESUMEN

El Trabajo de Fin de Grado trata de un inicio a la investigación sobre la autoestima en niños de 4 y 5 años, en los ámbitos más cercanos a ellos, la escuela y la familia.

El marco teórico consta de la explicación de la autoestima infantil, del autoconocimiento, cómo se desarrolla la autoestima, factores importantes... definiciones de autores y profesionales muy relevantes del tema a tratar.

El marco empírico trata de mi investigación, saber la autoestima del menor en los dos ambientes mediante encuestas formuladas a las familias y maestras de la escuela y mediante mi observación en el aula. Posteriormente propongo una serie de estrategias, métodos y actividades, para el buen desarrollo de la autoestima en niños de 4 y 5 años.

Palabras clave: Autoestima, autoconocimiento, educación emocional, Educación Infantil, estrategias y actividades.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
1.1. JUSTIFICACIÓN	4
1.2. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS.....	4
1.2.1. OBJETIVO GENERAL:	4
1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	4
1.3. METODOLOGÍA	5
2. MARCO TEÓRICO:	6
2.1. Concepto de autoestima	6
2.2. Importancia del desarrollo de la autoestima	7
2.3. Desarrollo de la autoestima en niños de 4 a 5 años.....	10
2.4. Estrategias y actividades educativas para favorecer la autoestima en la familia .	11
2.5. Propuestas de mejora para potenciar la autoestima entre la escuela y la familia	13
3. MARCO EMPÍRICO :	15
3.1. Introducción.....	15
3.2. Contexto y muestra.....	15
3.3. Herramientas: cuestionarios para la familia y la escuela sobre la Autoestima del niño.....	16
3.4. Recogida y análisis de los datos obtenidos.....	18
3.4.1. Recogida de datos	18
3.4.2. Análisis de los resultados obtenidos	28
4. PROPUESTA DE MEJORA, COMO GUÍA ORIENTADORA PARA FAVORECER LA AUTOESTIMA	29
5. CONCLUSIONES	33
6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS.....	34
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	35
8. BIBLIOGRAFÍA	36
9. ANEXO	39
9.1. Imágenes de la escuela “Sant Josep Oriol”	39
9.2. Alumnos de P4 y P5 de la escuela “Sant Josep Oriol”	40
9.3. Material para trabajar la autoestima	40

1. INTRODUCCIÓN

1.1. JUSTIFICACIÓN

He decidido llevar a cabo el Inicio a una Investigación Educativa sobre la autoestima en niños de 4 y 5 años, tanto en el ámbito escolar como en el familiar, porque considero muy interesante el poder analizar cómo se desarrolla y todo lo que ello comporta en ambos ámbitos: qué recursos utilizan las familias y las escuelas para ello, qué importancia inicialmente ellos le dan, las consecuencias que conlleva una baja autoestima... y poder facilitar estrategias y actividades para fomentarla.

Otro de los motivos por el que he elegido este tema, es porque he vivido en primera persona una serie de obstáculos en la vida, y puedo confirmar que tener una buena autoestima favorece la superación personal, facilita la resolución de problemas, se puede poner buena cara a las adversidades y ser capaz de superarlas, únicamente porque crees en ti mismo. Mi obstáculo en la vida, se llama Esclerosis Múltiple, pero he sido y seré capaz de superar con más o menos dificultad todos los baches que ésta me ponga por mi camino, y puedo confirmar que el estado anímico, la auto superación, la confianza que se tiene en uno mismo, la influencia de los demás, la autoestima, el ser capaz de..., recursos facilitados, saber pedir ayuda, entre muchas más son aspectos primordiales para poder afrontar la vida con seguridad. Por este motivo, quiero que los niños, desde la temprana edad tengan la oportunidad de trabajar y adquirir esta seguridad en sí mismos, la cual les puede facilitar su camino ante la vida, ya que nunca podemos saber con qué obstáculos podemos encontrarnos.

1.2. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

1.2.1. Objetivo general:

Realizar un estudio sobre la autoestima en la segunda etapa de educación infantil, de niños de 4 a 5 años, en la escuela y con las familias.

1.2.2. Objetivos específicos:

- Realizar un análisis de fuentes documentales que versen sobre el concepto de autoestima y su desarrollo.
- Realizar un estudio sobre cómo se desarrolla la autoestima en la segunda etapa de infantil.
- Concienciar a las familias y a los profesores sobre la importancia de la autoestima en los niños, para su desarrollo personal.
- Proponer recursos y metodologías para fomentar la autoestima en el aula.
- Elaborar una guía orientadora para las familias, con el fin de desarrollar la autoestima desde casa y a temprana edad.

1.3. METODOLOGÍA

El presente trabajo trata de una Iniciación a la Investigación Educativa sobre la autoestima en niños de 4 y 5 años, en la escuela y en casa. Para desarrollar el marco teórico de la cuestión, he utilizado mucha bibliografía específica del tema de la autoestima, de autoconocimiento, propuestas educativas, intervención en el aula, autoestima en la familia..., con el fin de poder destacar los conceptos más relevantes para poder realizar mi investigación.

Posteriormente, en el marco empírico, se ha seleccionado un cuestionario que se ha aplicado en las familias y la escuela, y se han podido recoger resultados que junto con una observación directa de los niños, se ha podido conocer el grado de autoestima de cada menor, y los métodos que utilizan los adultos para poderla desarrollar. Una vez los cuestionarios respondidos en mano, se ha procedido al análisis de los resultados.

Finalmente, con toda la bibliografía recopilada y los resultados de los cuestionarios, se diseña una propuesta de mejora, como guía orientadora para favorecer la autoestima en niños de 4 y 5 años, donde se recogen actividades, estrategias y consejos para poder desarrollarla, tanto en casa como en la escuela.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. CONCEPTO DE AUTOESTIMA

Autoestima:

- Dimensión personal por la cual la persona siente positivamente sobre ella misma (Gergen, 1971).
- La autoestima es un juicio personal de mérito que se expresa en las actitudes que posee el individuo hacia sí mismo, o sea, una evaluación que un individuo hace y mantiene constante en relación a sí mismo; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y con valía (Coopersmith, 1967).
- Valor que un individuo atribuye a la propia persona (Janis y Holand, 1960). (Martínez-Otero Pérez, 2007, p.66)

La autoestima es la capacidad que tiene el niño para evaluar positiva o negativamente las características individuales de su yo, en relación a la información que obtiene tanto por parte de sí mismo como en su relación con los demás.

Según Kostelnik y Whiren (2000), la autoestima es el componente evaluativo del autoconcepto y consta de tres dimensiones fundamentales:

1. El valor de una persona se basa en el aprecio que se tenga y la percepción de la gente.
2. La competencia, que se refiere a la convicción de que uno es capaz de realizar actividades y alcanzar las propias metas.
3. El control, que designa hasta qué punto un individuo cree que puede influir en el resultado de los acontecimientos del mundo..

El primer contexto de desarrollo del niño, suele ser el entorno familiar, por este motivo es muy importante la unidad familiar, sus interacciones, participación, apego...ya que para el niño es su primera experiencia formativa juntamente con entorno, con el contexto cultural.

El contexto dentro del cual se desarrolla la interacción padres-hijo variará así mismo como respuesta a fuerzas culturales, sociales y físicas correspondientes al medio ambiente. El número de variables introducidas por los padres, el hijo y el contexto

ambiental contribuyen a las diferencias individuales, ya que existe un mutuo juego de regularidades e irregularidades en la interacción, y su contexto hace que cada unidad familiar humana sea: igual a todas las otras unidades, idéntica a algunas otras unidades y distinta de cualquier unidad. (Turner, 1986, p.24)

La autoestima y el autoconcepto forman la personalidad del individuo, por este motivo, estos dos conceptos van estrechamente ligados entre sí. El autoconcepto se refiere al aspecto cognitivo y la autoestima al valor o estima que se tiene de sí mismo.

El autoconcepto es una combinación de atributos, capacidades, conductas, actitudes y valores que supuestamente representan el yo del niño y lo hacen distinto de la gente (Kostelnik y Whiren, 2000).

Los conceptos de autoconocimiento, autoconcepto y autoestima, van muy ligados, ya que sin autoconocimiento no hay autoconcepto y sin éste, el niño no es capaz de valorar sus propiedades individuales y personales.

Autoconcepto:

- Un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refieren al sujeto. Como ejemplo de estas percepciones citemos: las características, atributos, cualidades y defectos, capacidades y límites, valores y relaciones que el sujeto reconoce como descriptivos de sí y que él percibe como datos de su identidad (Rogers, 1967).
- La evaluación que el individuo hace y que generalmente mantiene con respecto a sí mismo. Expresa una actitud de aprobación y desaprobación e indica la medida en que el sujeto se cree capaz, importante, exitoso y valioso (Coopersmith, 1967).
- Dinámico y complejo sistema de creencias que el individuo mantiene acerca de sí mismo y en el que cada creencia aparece como un valor positivo o negativo (Purkey, 1970). (Martínez-Otero Pérez 2007, pp .65-66)

El autoconcepto y la autoestima varían según la edad, según el entorno familiar y el entorno social, pero no nos podemos olvidar de las interacciones sociales, siendo el ámbito escolar un clima idóneo para configurar el autoconcepto y la autoestima.

2.2. IMPORTANCIA DEL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

Para que el niño se conozca a sí mismo, inicialmente debe percatarse que él es una persona diferenciada de las demás y a través del desarrollo de la autonomía lo puede lograr. La

autonomía es la capacidad por la cual el niño se hace progresivamente independiente de los adultos, realizando acciones propias en su etapa evolutiva, que tienen como consecuencia el desarrollo del autoconocimiento, es decir, el conocimiento del sí mismo.

Debemos tener en cuenta que el desarrollo de la autoestima depende de varios factores. La primera experiencia formativa del niño se desarrolla en el entorno familiar y el profesorado puede definir unas estrategias y actividades para favorecer la autoestima en la familia. Se considera adecuado el trabajar la autoestima mediante diferentes actividades y utilizando diversas estrategias para que los alumnos vayan construyendo su buena autoestima, ya que su desarrollo:

- Constituye el núcleo de la personalidad
- Nos ayuda a superar dificultades personales y a afrontar los problemas
- Nos hace más responsables
- Aumenta la creatividad
- Determina la autonomía personal
- Posibilita una relación social saludable
- Garantiza la proyección futura de la persona

“La familia, los profesores y los compañeros o amigos ejercen un papel fundamental en la formación y desarrollo de la autoestima, ya desde la infancia. Por supuesto, la valoración que recibimos de quienes nos rodean, sobre todo de las personas más significativas, las experiencias de éxito y fracaso, junto con nuestra interpretación de todas estas situaciones, contribuyen en gran medida a configurar la autoestima.” (Martínez-Otero: 1999, 58).

Se definen a continuación las características que presentan los niños con buena o baja autoestima, con el fin de poder observar y de elaborar programas para favorecerla:

- BUENA AUTOESTIMA: Competente, seguro, valioso, motivado por el aprendizaje, pedirá ayuda, responsable, solidario, comunicación eficaz, comprensivo, abierto, solidario, equilibrio emocional, con iniciativa, autónomo, optimista, creativo, se esfuerza, busca solución a los problemas, reconoce sus errores...
- BAJA AUTOESTIMA: Desconfía de sí mismo y de los demás, sentimiento de inferioridad, tímido, crítico, poco creativo, conductas inadecuadas (agresividad, cambios repentinos de humor...), angustia y crisis de ansiedad, indecisión, desánimo, pereza, vergüenza, complejo de culpabilidad, miedos, hipersensibilidad,

envidia, evita actividades para no equivocarse, engaña, miente y culpa a los demás, la opinión ajena domina sus decisiones...(Valentín Martínez-Otero Pérez 2007, p.72)

Para estimular la autoestima del niño es importante tener en cuenta los siguientes puntos:

- Favorecer la madurez individual.
- Comportarnos como modelos (actitud y comportamiento), ya que los niños imitan.
- Dedicar un tiempo de juego y conversación por separado con cada uno de ellos. El tiempo que se le dedique ha de ser de calidad: libre de preocupaciones y centrado en el niño.
- Observar con detenimiento las características del niño.
- Diferenciar el potencial de cada niño.
- Animar a cada uno a desarrollar ese potencial (a través de diversas actividades lúdicas, deportivas, académicas, extraescolares...)
- Ayudarles a sentirse especiales en algo.
- Apreciar los progresos que consigan, pero nunca comparar los de uno con los del otro.
- Dar afecto y cariño de forma incondicional.
- Valorar sus cualidades.
- Apoyarle siempre que algo vaya mal
- Incentivar el desarrollo de las responsabilidades, teniendo en cuenta su desarrollo evolutivo.
- Dejar que tome decisiones y resuelva problemas.
- Darle libertad para que tome riesgos, dejar que se equivoque.
- Reforzar sus conductas positivas (haga deberes, recoja, sea educado...)
- Poner límites claros y enseñarles a prever las consecuencias.
- Ser consistente en la transmisión de reglas familiares.
- Ser consecuente ante las reglas.
- Evitar las descalificaciones personales y los insultos, somos modelos.
- Tratarles con respeto.
- No demandar perfección.
- Que oiga los comentarios positivos que hacemos de él e intentar que no escuche las críticas que hacemos de él ante familiares, amigos....
- No permitir que sus hijos se critiquen negativamente y de manera constante.

- Propiciar el reconocimiento de valores positivos en el niño y que sea capaz de verbalizarlo.
- Poner atención al propio comportamiento y actitud, ya que somos modelos a seguir.
- Llevar a cabo una escucha activa, prestando una atención visual y física, para que sepa que sus preguntas y opiniones son importantes.
- Ser generoso con los piropos y elogios. Deben ser específicos y sinceros, concentrados en las cosas positivas y cotidianas.
- Felicitar por los logros, manteniendo una correlación entre nuestro mensaje verbal y no verbal.
- Reconocer el esfuerzo, interés y atención, antes que los resultados.
- Fomentar que expresen afectos y sentimientos.
- Propiciar las relaciones sociales y amistades de nuestros hijos.
- No engañar.
- Cumplir las promesas.
- Corregirle. Le ayudará a elaborarse un mapa cognitivo de lo que está bien y mal.

Todos los puntos expuestos, son positivos para el desarrollo favorable de la autoestima del niño, a continuación detallaremos actividades y estrategias para favorecer la autoestima en la escuela y en la familia.

2.3. DESARROLLO DEL AUTOCONCEPTO Y DE LA AUTOESTIMA EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS

El estudio del desarrollo del autoconcepto se puede realizar desde dos enfoques:

- El enfoque cognitivo.
- El enfoque ontogénico o evolutivo.

El enfoque cognitivo afirma que conforme el niño avanza en su desarrollo, se conoce más y mejor. Cuando proponemos a un niño pequeño que haga una descripción sobre sí mismo, suelen centrarse en el aspecto físico y a medida que crecen van incorporando rasgos psicológicos y sociales en su descripción.

La perspectiva ontogénica o evolutiva, secciona la evolución del autoconcepto en distintas etapas del desarrollo. L'Ecuyer (1985), sintetiza estas etapas en seis fases, separadas por edades, de los 0 años a los 100 años.

- Emergencia del yo (0 a 2 años): Hay que explicarla y poner algún ejemplo.
- Afirmación del yo (2 a 5 años). Esta fase aparece en el vocabulario del niño “yo”, “mío” y palabras que indican la separación de ellos mismos con los demás. En esta etapa es de gran importancia la imitación del niño y la actividad lúdica, ya que las relaciones que establezca el niño con los adultos y con otros niños han de fundarse en la seguridad, la confianza y el afecto; estos tres aspectos repercutirán positivamente al desarrollo del autoconcepto, en el crecimiento de la autonomía y en la autoestima del menor.
- Expansión del yo (5 a 12 años).
- Diferenciación del yo (12 a 18-20 años).
- Madurez del yo (20 a 60 años).
- Yo longevo (60 a 100 años).

Según las investigaciones realizadas por Susan Harter, la autoestima procede de dos fuentes principales:

- Los componentes que los niños consideran importantes para ellos.
- Cuánto apoyo social reciben de otras personas.

Las principales fuentes de autoestima en los niños según Susan Harter son:

- 1.- Aceptación y apoyo de personas importantes: Los niños deben sentirse bien y seguros con los padres, compañeros, profesores... en definitiva, con su entorno social.
- 2.- Aspecto físico: Al evaluarse a sí mismos, los niños consideraban la apariencia física como el área más importante.
3. En tercer lugar se encuentra la aceptación social.
4. La competencia en la escuela, el comportamiento y la actividad lúdica, también forman parte de un buen desarrollo de la autoestima.

2.4. ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES EDUCATIVAS PARA FAVORECER LA AUTOESTIMA EN LA FAMILIA

“Para el desarrollo de la confianza de un individuo en su propia eficacia es necesario comenzar considerando la influencia formativa más precoz, proporcionada por la familia más inmediata del lactante.” (J.Turner, 1986, p.23)

Por este motivo, es importante llevar a cabo los siguientes puntos desde la temprana edad, tanto en el ámbito familiar como en el escolar:

- Respetar siempre a los demás de una manera educada, con la palabra clave “por favor”.
- Ser positivos e intentar que se percate cuando están o estamos hablando positivamente de él.
- Utilizar la objetividad en la manera de lo posible y la honestidad a la hora de intercambiar información.
- Tener un buen nivel de aceptación, sabiendo como son y que todos tenemos unos límites, no exigir más de lo que uno puede dar de sí.
- Hacerles ver que tienen responsabilidades.
- Debemos concienciar a los niños que pueden superar los problemas.
- Impulsar a que tomen decisiones sin ayuda, por sí solos.
- Avivar su deseo de hacer las cosas, ya sea por su propio interés o bien porque se ve capaz de hacerlas.
- Ser cariñosos con ellos cuando hacen las cosas bien y logran tener éxito, un abrazo, un beso, una señal en positivo.

La autoestima infantil se puede fomentar con técnicas diversas y utilizando de forma correcta el refuerzo positivo. Las principales técnicas para fomentar la autoestima infantil son:

El autorretrato: Esta actividad nace de la necesidad de saber mirarnos y de saber explicarnos. Los niños inician esta actividad mirándose detalladamente en un espejo, primero su rostro y luego su cuerpo, cuando ya se han observado detenidamente, se pueden dibujar y posteriormente explicará cada uno algo sobre sí mismo.

Estados de ánimo: Se explican los principales sentimientos (felicidad, tristeza y miedo). Se buscan y recortan caras que reflejen diferentes estados anímicos y se les propone que piensen sobre lo que están sintiendo esas personas y que intenten explicar por qué motivo pueden sentirse así. La finalidad más importante en esta actividad, consiste en poner

palabras a las emociones de los demás y extrapolar sus propias experiencias a otra realidad.

Resolución de problemas: Los niños que tienen mayores habilidades para resolver problemas, ven su autoestima potenciada. Se les propone una situación y se valorarán las diversas soluciones que han planteado los niños al mismo tiempo que se les orienta y se les ofrecen alternativas posibles.

“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)

Esta afirmación de Feldman, la encontramos en su libro *“Autoestima ¿cómo desarrollarla?”* (2008), donde se recogen estrategias, actividades, técnicas de comunicación constructiva, materiales, procedimientos, objetivos, ideas para ampliar el aprendizaje para fomentar la autoestima.

En el programa de Feldman se abarcan tres puntos:

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

2.5. PROPUESTAS DE MEJORA PARA POTENCIAR LA AUTOESTIMA ENTRE LA ESCUELA Y LA FAMILIA

Hay muchos puntos comunes que debemos tener presentes para potenciar la autoestima en la escuela y en casa. Los principales responsables de llevar a cabo estos puntos son los maestros en la escuela y los padres o tutores del menor, en casa. Las pautas a seguir son las siguientes:

- En los dos lugares, en casa y en la escuela, cuando les pedimos que hagan algo que está dentro de sus posibilidades, le ayudamos a subir el nivel de autoconfianza, siendo conscientes que saben y pueden superar aquello que se les ha pedido que hagan.

- Debemos mostrar siempre nuestro apoyo en lo que hacen, con positivismo y siendo afectuosos en la manera de mostrarlo.
- Para conseguir una buena educación y ayudar al niño al desarrollo de su autoestima debo saber cuál es la realidad de cada alumno y hasta dónde puede llegar, cuáles son sus posibilidades.
- Aceptarlos como son con sus puntos fuertes y debilidades.
- Valorar siempre sus éxitos por mínimos que estos sean, y a su vez cuando fracasa tratar de no dejarlo en ridículo jamás.
- Estar más pendientes de los que necesitan más atención y tienen una dificultad mayor, atendiendo a sus necesidades.
- Que tengan derecho a equivocarse, esto les ayudará a la toma de decisiones por sí solos.
- En cuanto a su relación con sus compañeros de clase, con el grupo, debemos saber cuáles son las capacidades de éste e individualmente, usando las distintas situaciones que puedan ocurrir y que podrán contribuir a esa relación del niño con la clase.
- La integración de cada alumno con el resto.
- Saber cuáles son los intereses de cada uno y adaptarnos al ritmo que llevan, para así poder conseguir que sigan el transcurso de un modo más sencillo y normal.

El sentido de seguridad es el presupuesto básico de la autoestima, por este motivo es necesario que el menor se encuentre en un entorno cálido, de aceptación y comprensión desde la primera infancia, de esta manera, el niño se atreve a seguir sus impulsos naturales de desarrollo y le da una seguridad basada en sus propias experiencia y en el refuerzo de los padres. Para desarrollar su sentido de seguridad el niño necesita recibir mensajes claros. Los padres tienen que ponerse de acuerdo entre sí sobre las normas generales de conducta y sobre los valores que transmiten a los niños como base de su comportamiento. El niño necesita la seguridad de saber a qué atenerse con respecto a lo que puede o no puede hacer, con el fin de desarrollar su sentido de responsabilidad. Es necesario que los padres, cuando transmiten unas normas de comportamiento, se atengan a ellas. Las normas tienen que tener un sentido razonable y explicable.

Es necesario hacer un profundo examen interior de nuestras convicciones, valores y actitudes antes de proponer, exponer e imponer a los niños nuestras normas. Una vez

hayamos puesto las normas de convivencia, el respeto de éstas tiene que ser requerido al niño de forma constante y firme.

3. MARCO EMPÍRICO

3.1. INTRODUCCIÓN

Después de unos meses buscando información teórica sobre la autoestima infantil y cómo desarrollarla, llegó el momento de iniciar la investigación utilizando todos los conocimientos adquiridos en el desarrollo del Marco Teórico, que constó del análisis de un cuestionario.

Para el procedimiento de la Muestra, se entregaron cuestionarios a las maestras de Educación Infantil, en las clases de niños de 4-5 años, y a los padres de los alumnos, con el permiso de la Directora del centro, Dña M^aÁngels Fernández, haciendo constatación de una muy buena receptividad y colaboración por parte de todas las personas.

Una vez recogidos los cuestionarios debidamente respondidos y anónimos, se han analizado los resultados obtenidos, se adjunta una propuesta de mejora para fomentar la autoestima del menor y finaliza el Marco Empírico con las conclusiones de la investigación.

3.2. CONTEXTO Y MUESTRA

El presente trabajo se realiza en una escuela concertada de Barcelona, “Escola Sant Josep Oriol”, la escuela nace un día de Reyes de 1921 por iniciativa de la Parroquia de “Sant Josep Oriol” por ser una escuela gratuita destinada a la instrucción de los niños pobres. En un principio tuvo 40 alumnos, todos niños porque las niñas no eran admitidas en aquellos momentos.

Hoy la “Escola Sant Josep Oriol” es una escuela concertada y mixta, de una línea de Infantil y Primaria, que pertenece a la Fundación de Escuelas Parroquiales del Arzobispado de Barcelona.

Es muy familiar, muy acogedora, donde todos, maestros, padres y alumnos, nos conocemos y, en general, hay mucha colaboración y cooperación.

Podemos encontrar toda información de la escuela, proyectos educativos, documentación, fotografías, AMPA... en la página web del centro: www.escolasantjoseporiol.org

La muestra está recogida de la clase de P-4 donde hay 24 alumnos y consta de: 1 maestra tutora de la clase de P-4 y un total de 24 familias de los alumnos. Una vez pasado el plazo

para entregar, al centro o a la tutora, los cuestionarios contestados, de los 24 alumnos, **he recibido 16 cuestionarios respondidos más la encuesta de la maestra tutora de la clase**, que la valoraré aparte. También, se ha podido realizar una observación directa a los alumnos, y se ha podido analizar los resultados, contrastándolos con las respuestas de las familias.

3.3. HERRAMIENTAS: CUESTIONARIOS PARA LA FAMILIA Y LA ESCUELA SOBRE LA AUTOESTIMA DEL NIÑO

He diseñado un cuestionario para las familias y maestros, con el fin de obtener resultados claros sobre la autoestima del niño tanto en casa como en la escuela. Es una encuesta muy sencilla de cumplimentar, ya que únicamente deben marcar una opción de respuesta entre cuatro, de esta manera es más sencillo y puedo asegurarme que las devuelvan. He querido saber si el menor se comporta igual en la escuela y en casa, aunque los cuestionarios son totalmente anónimos, mediante porcentajes se podrá observar.

CUESTIONARIO:

- Marcar únicamente una opción.
- 1. Yo soy...
 - A) Maestro/a.
 - B) Madre del alumno/a.
 - C) Padre del alumno/a.
 - D) Tutor legal del alumno/a.
- 2. El niño/a es...
 - A) Desordenado/a.
 - B) Poco ordenado/a.
 - C) Algo ordenado/a.
 - D) Muy ordenado/a.
- 3. El niño/a es ...
 - A) Desobediente.
 - B) Poco obediente.
 - C) Algo obediente.
 - D) Muy obediente.

4. El niño/a es ...
 - A) Indiscreto.
 - B) Poco discreto.
 - C) Algo discreto.
 - D) Llama mucho la atención de los adultos.
5. El niño/a es ...
 - A) Muy espontáneo.
 - B) Algo espontáneo.
 - C) Poco espontáneo.
 - D) Reservado.
6. El niño/a, con el adulto, es ...
 - A) Hostil, a veces.
 - B) Poco afectuoso.
 - C) Bastante afectuoso.
 - D) Muy afectuoso.
7. El niño/a es ...
 - A) Muy consentido, todo se lo hacen los demás
 - B) Bastante consentido.
 - C) Bastante autónomo.
 - D) Muy autónomo.
8. El niño, cuando el adulto le ordena una acción, actúa ...
 - A) Con mucha timidez, inseguridad.
 - B) Con algo de timidez, inseguridad.
 - C) Con seguridad.
 - D) Con mucha seguridad.
9. El niño habla y pide las cosas ...
 - A) Con mucha timidez, inseguridad.
 - B) Con algo de timidez; inseguridad.
 - C) Con seguridad.
 - D) Con mucha seguridad.
10. Refuerzas las actuaciones positivas del niño?
 - A) Sí. Siempre.
 - B) Muchas veces.
 - C) A veces.
 - D) Nunca.

3.4. RECOGIDA Y ANÁLISIS DE LOS DATOS OBTENIDOS

3.4.1. Recogida de datos:

Se recoge a continuación los datos que se han obtenido en cada pregunta del cuestionario entregado a las familias y maestra:

Pregunta 1) Yo soy:

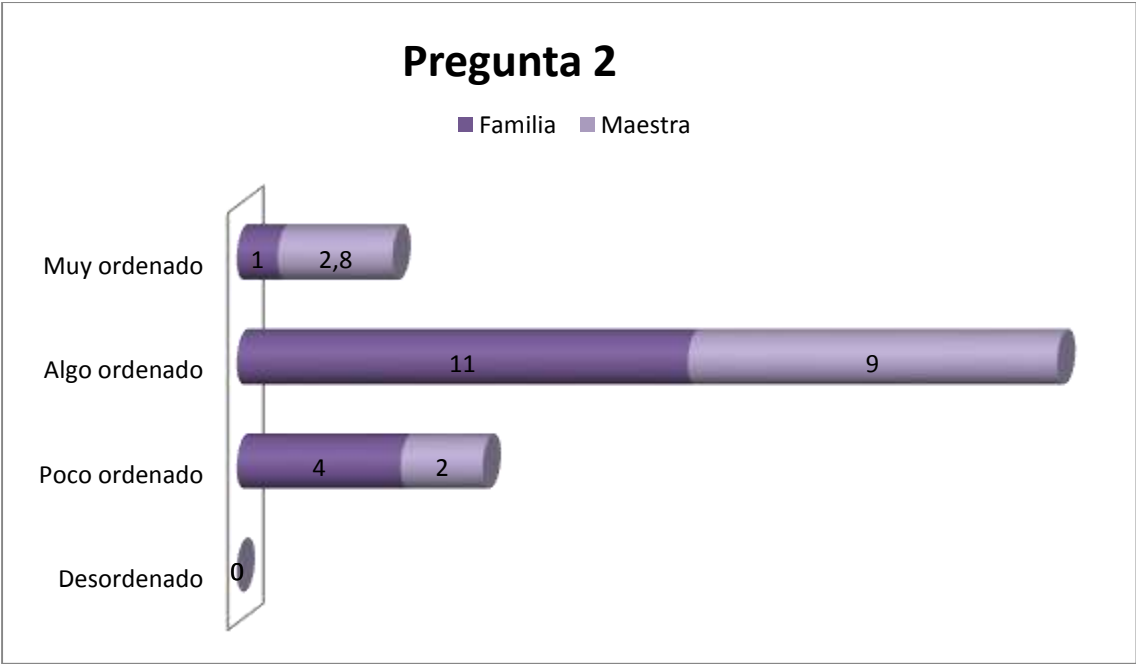
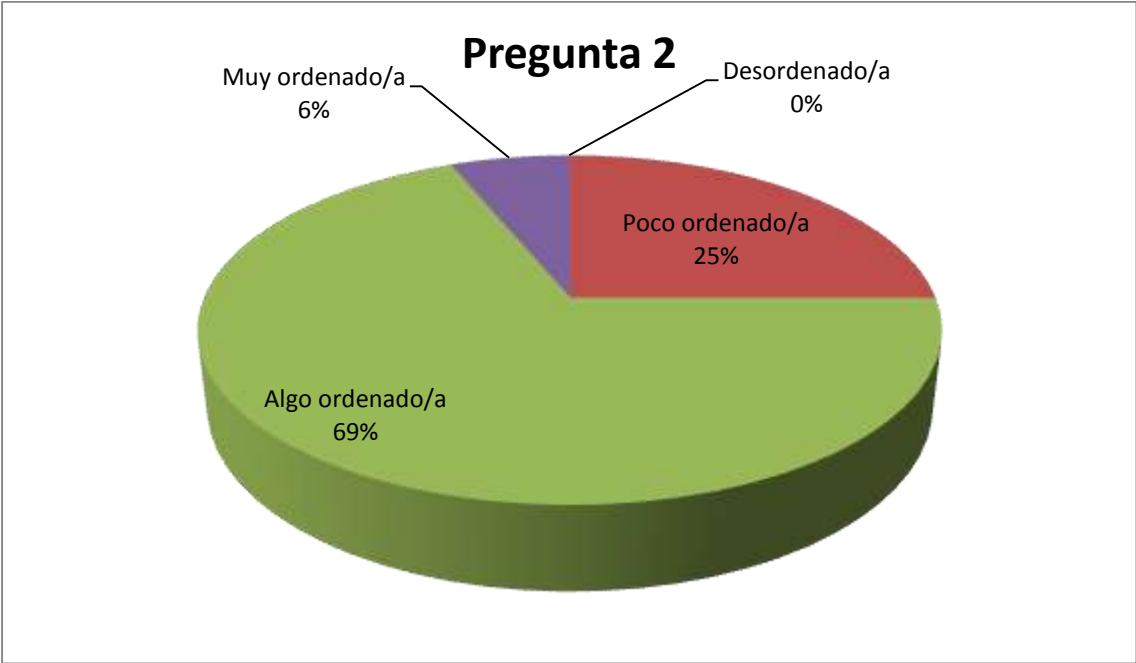
- A) Maestra/o.
- B) Madre del alumno/a.
- C) Padre del alumno/a.
- D) Tutor legal del alumno.

La participación de las familias ha sido del 66%, de los cuales han respondido por igual, padres y madres. Debo decir, que en la clase se encontraban niños del Centro de Acogida, pero los tutores legales de los menores no pudieron devolverme el cuestionario respondido y, por este motivo ha bajado un poco la participación.



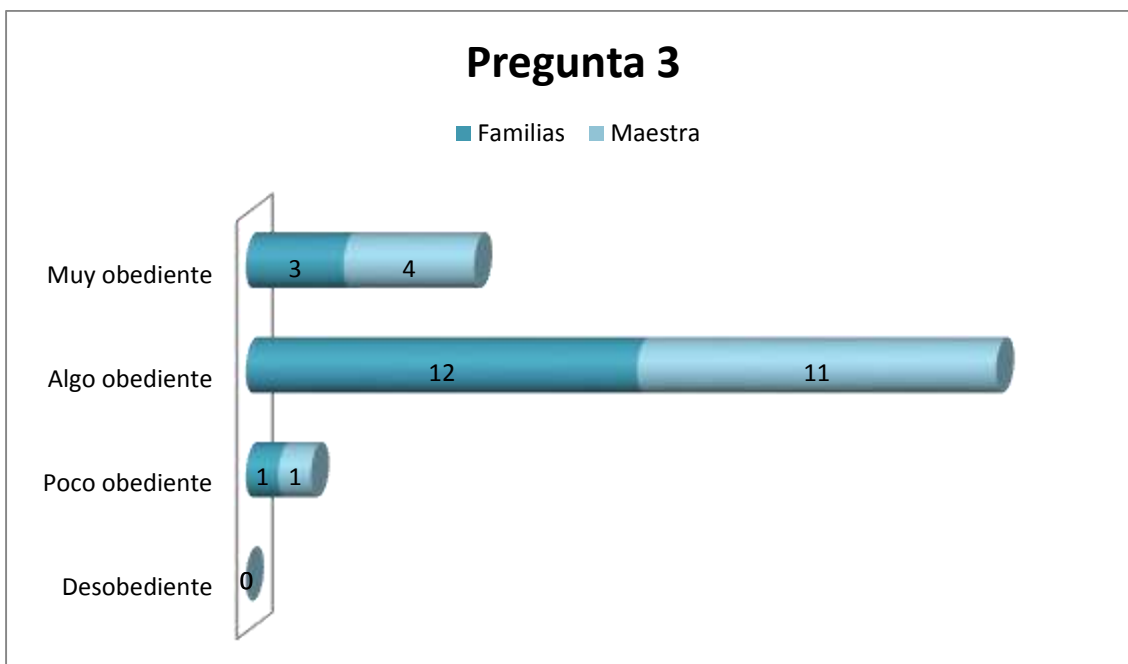
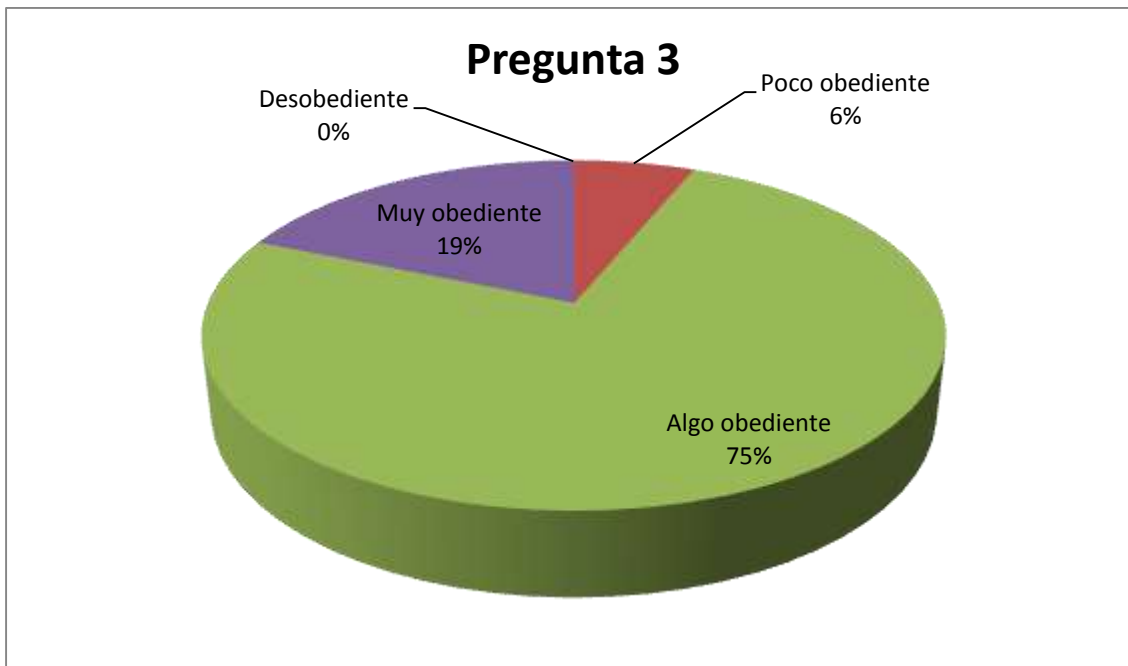
Pregunta 2) El niño/a es:

- A) Desordenado/a.
- B) Poco oordenado/a.
- C) Algo ordenado/a.
- D) Muy ordenado/a.



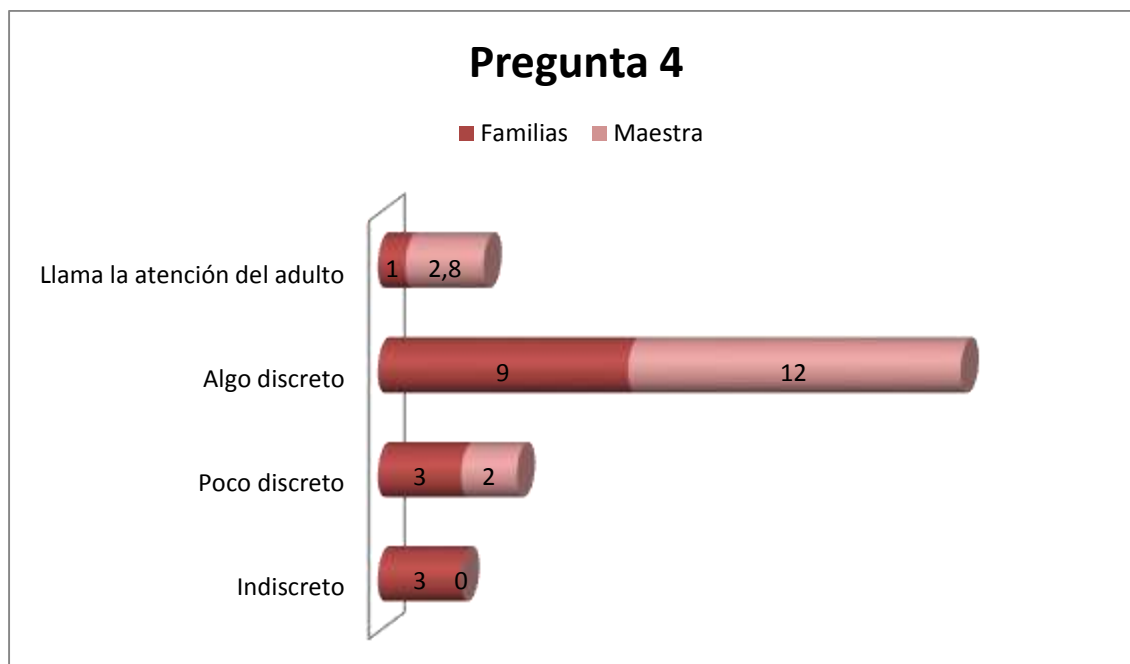
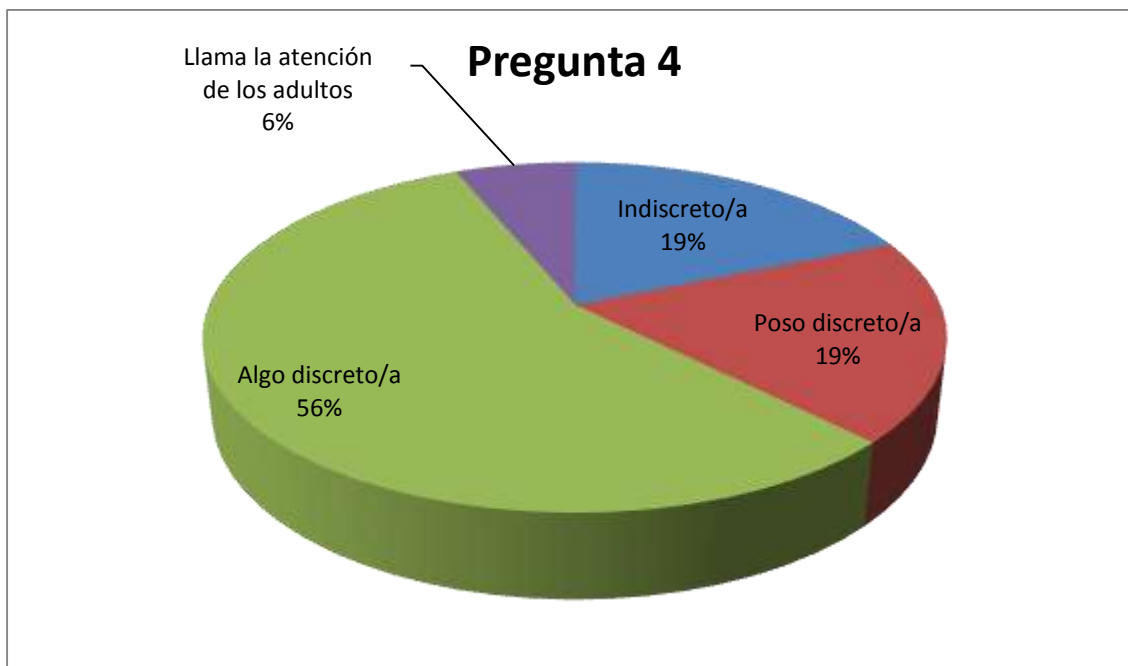
Pregunta 3) El niño/a es:

- A) Desobediente.
- B) Poco obediente.
- C) Algo obediente.
- D) Muy obediente.



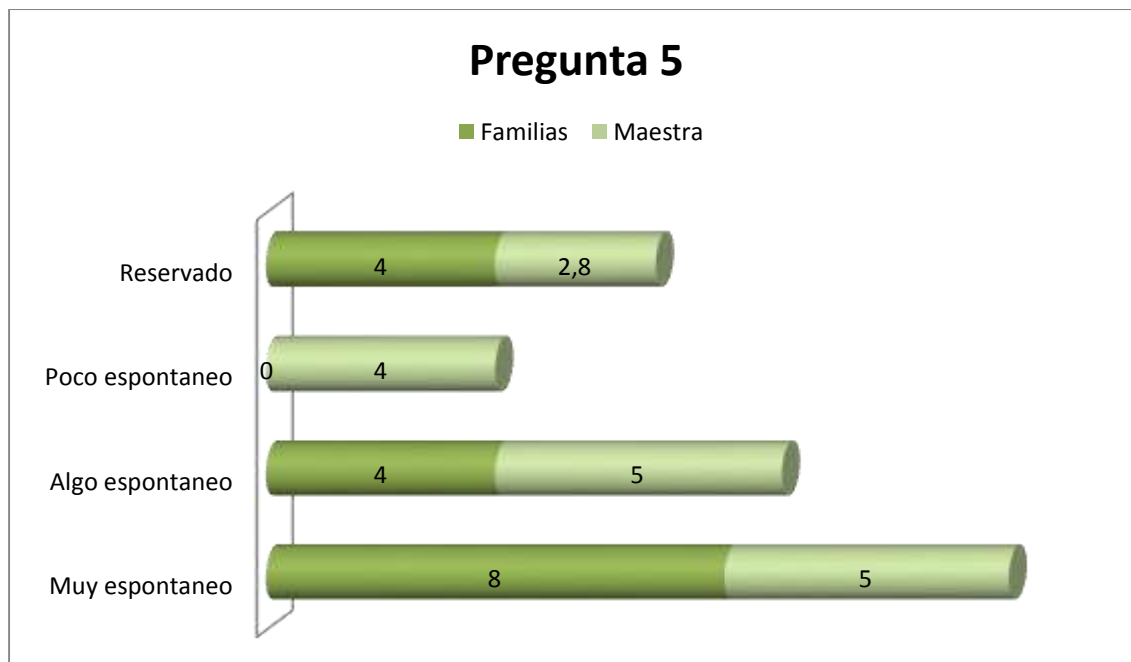
Pregunta 4) El niño/a es:

- A) Indiscreto/a.
- B) Poco discreto/a.
- C) Algo discreto/a.
- D) Llama mucho la atención de los adultos.



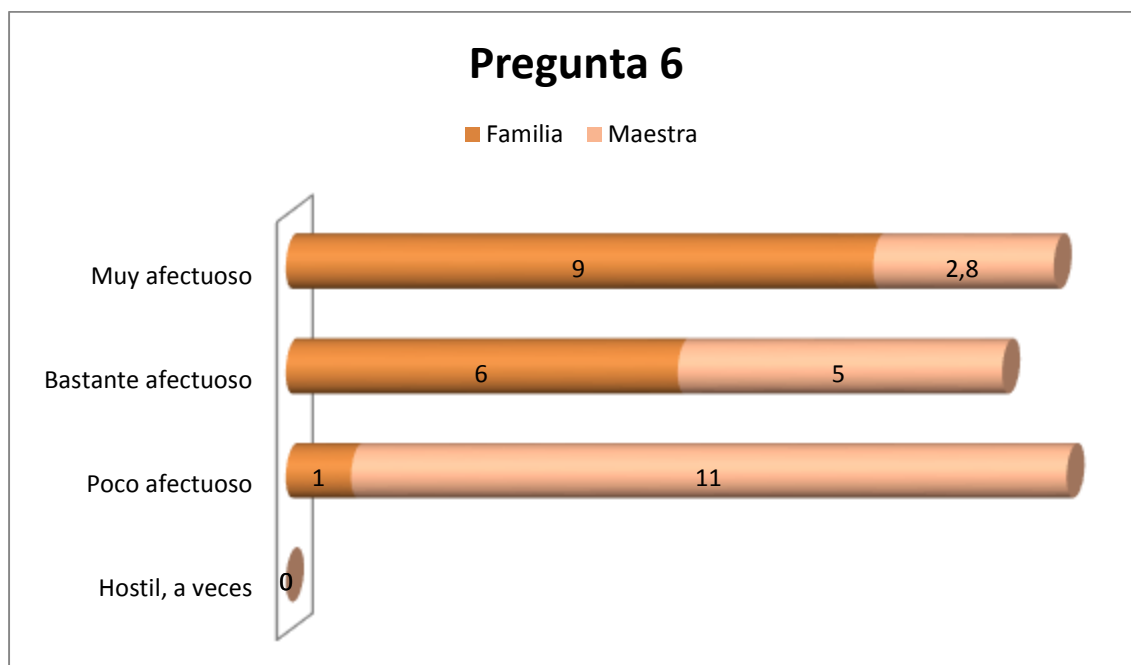
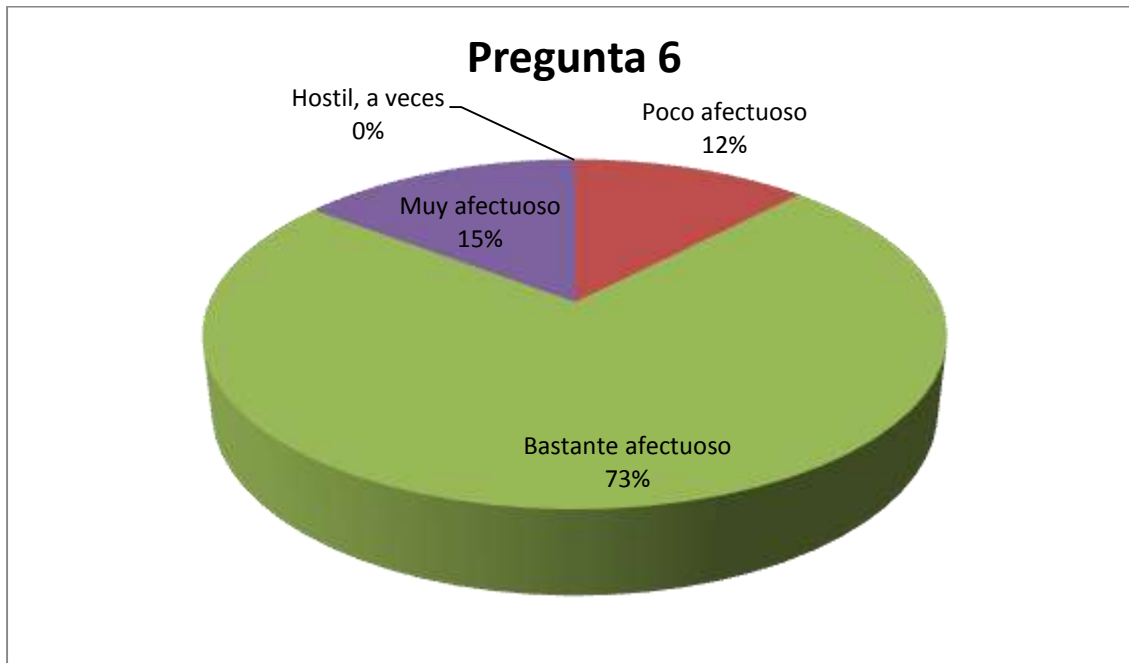
Pregunta 5) El niño/a es:

- A) Muy espontaneo.
- B) Algo espontaneo.
- C) Poco espontaneo.
- D) Reservado.



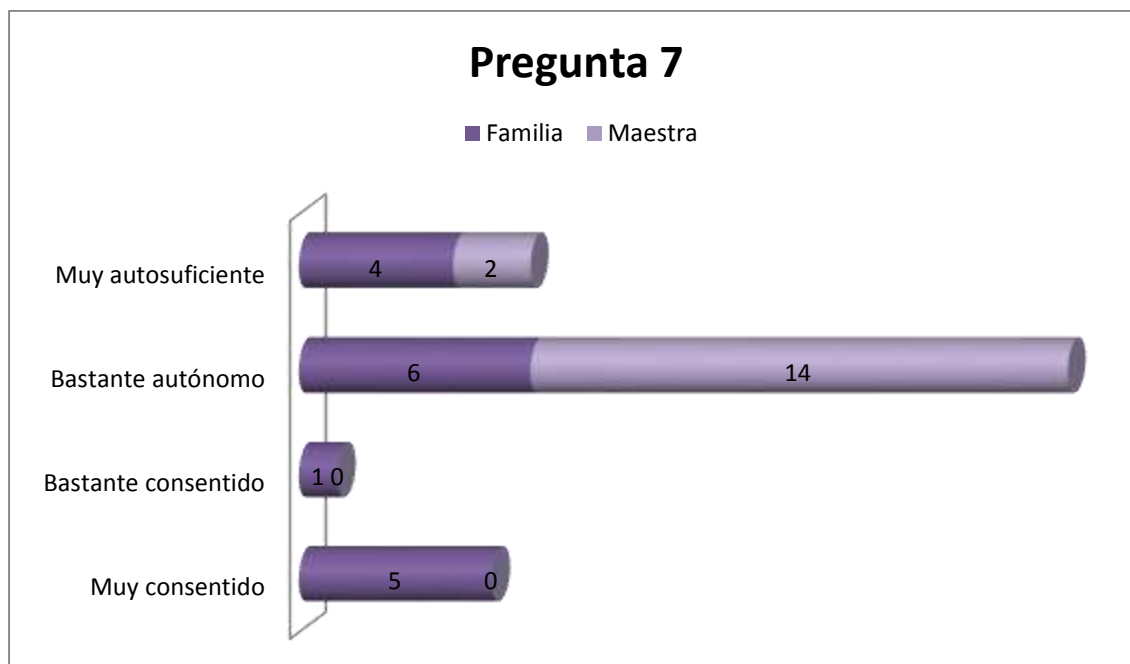
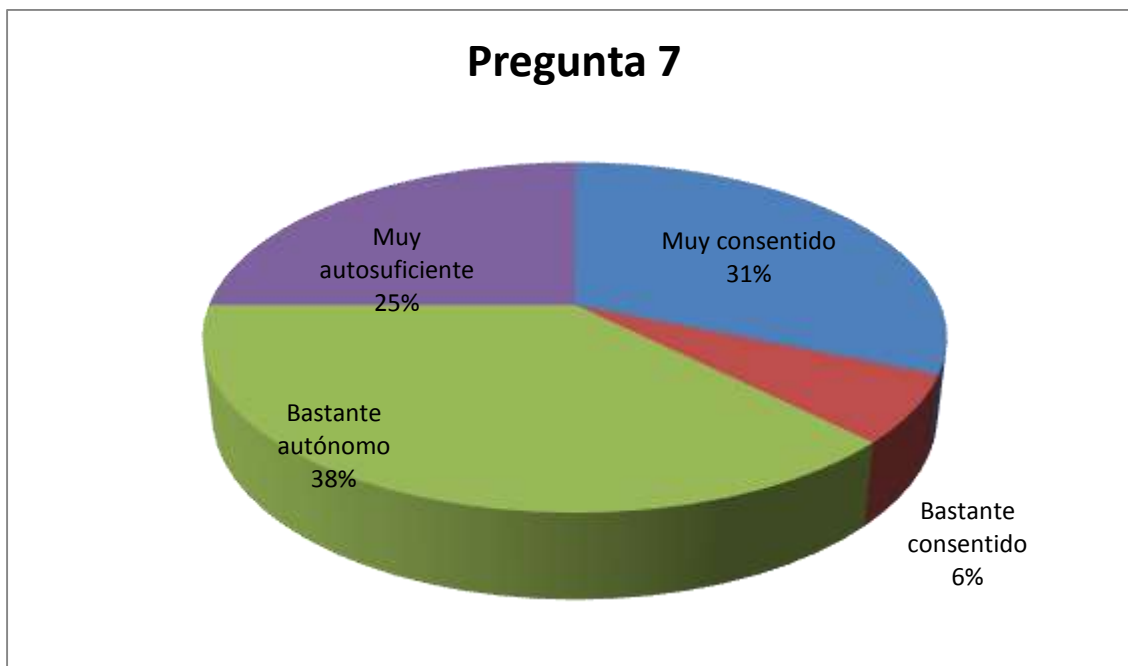
Pregunta 6) El niño/a, con el adulto, es.

- A) Hostil, a veces.
- B) Poco afectuoso/a.
- C) Bastante afectuoso/a.
- D) Muy afectuoso.



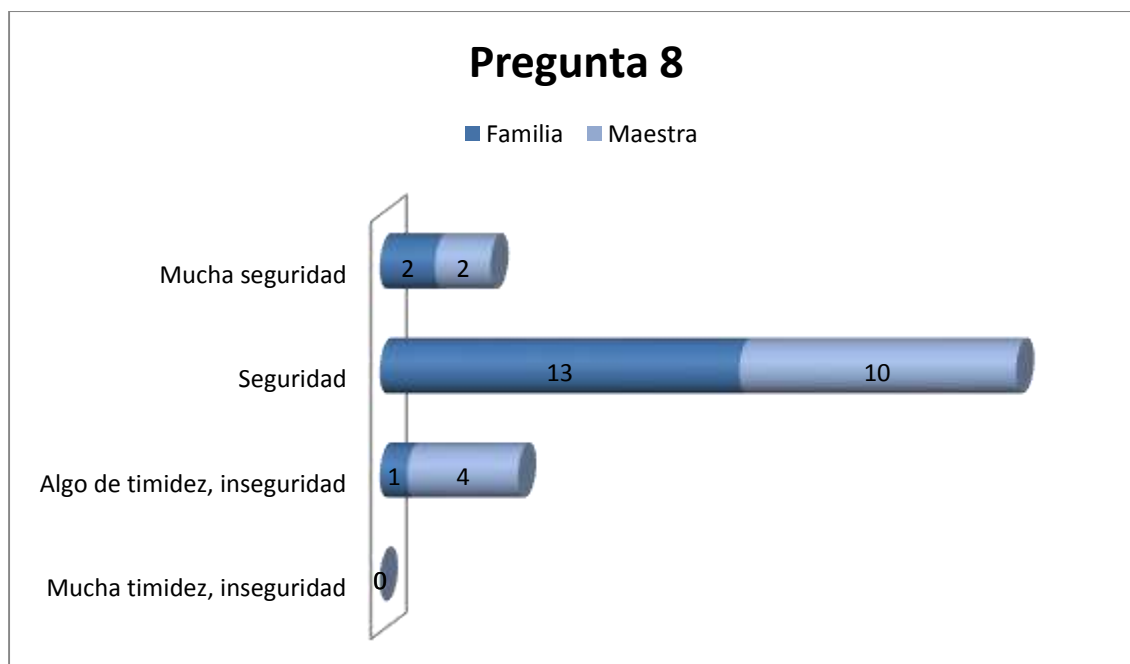
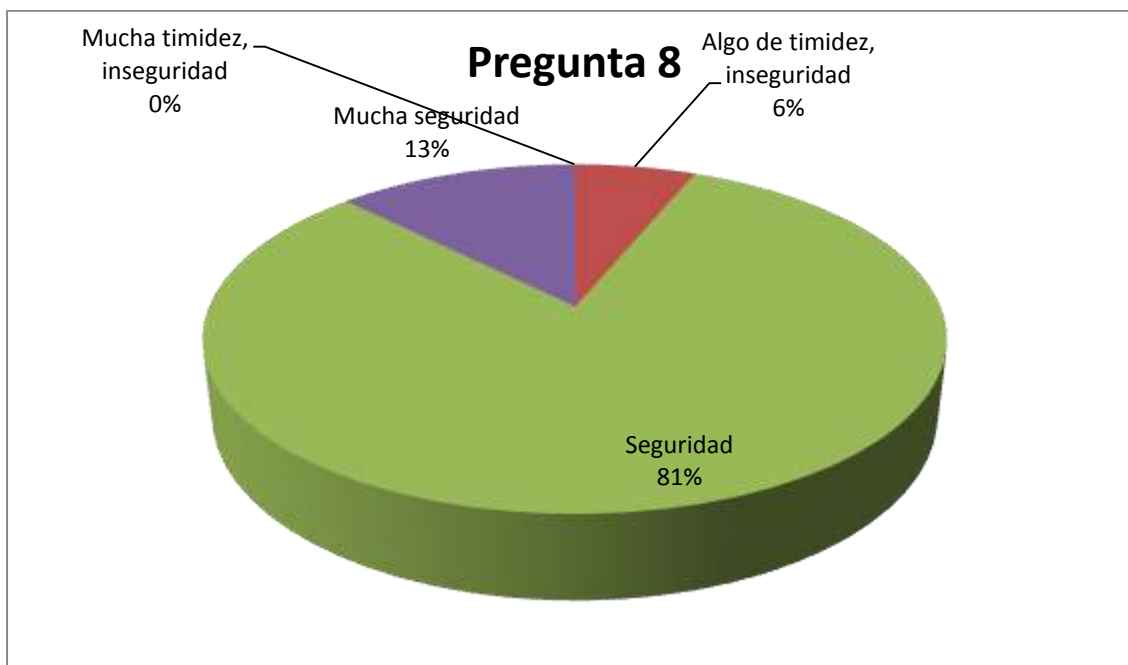
Pregunta 7) El niño/a es:

- A) Muy consentido, todo se lo hacen los demás.
- B) Bastante consentido/a.
- C) Bastante autónomo/a.
- D) Muy autosuficiente.



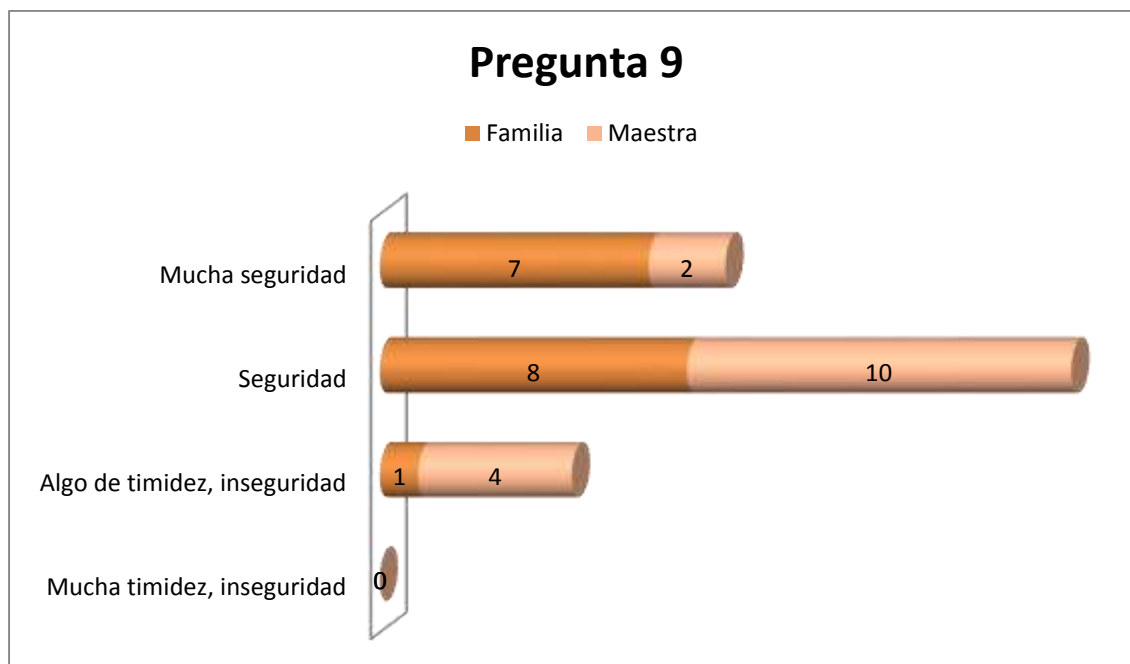
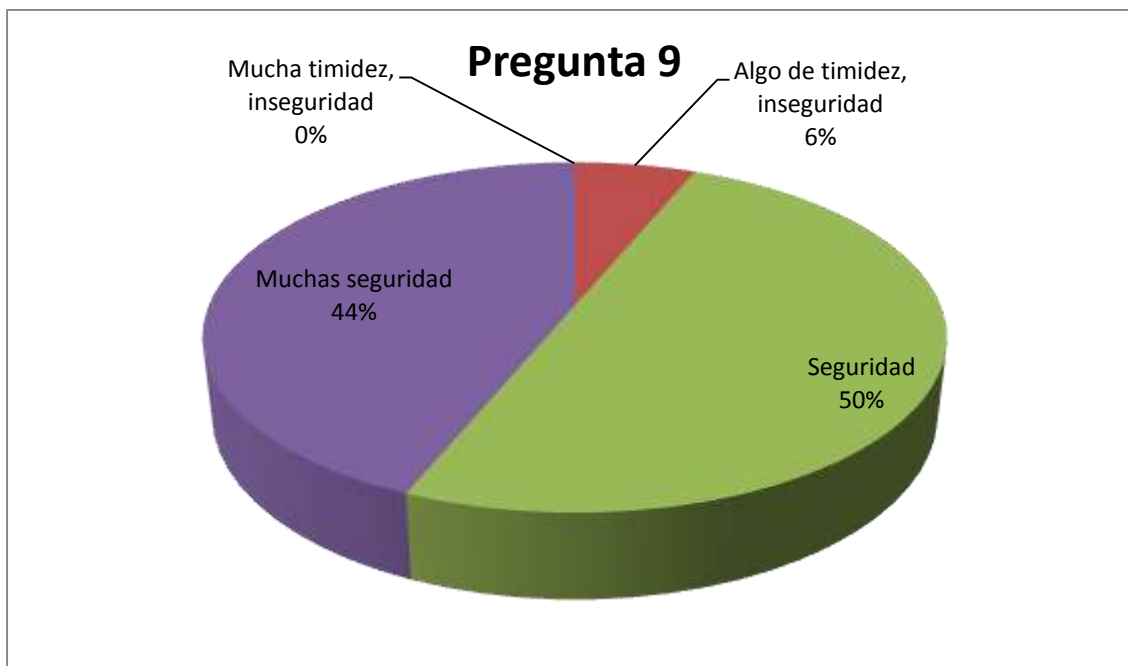
Pregunta 8) El niño, cuando el adulto le ordena una acción, actúa:

- A) Con mucha timidez, inseguridad.
- B) Con algo de timidez, inseguridad.
- C) Con seguridad.
- D) Con mucha seguridad.



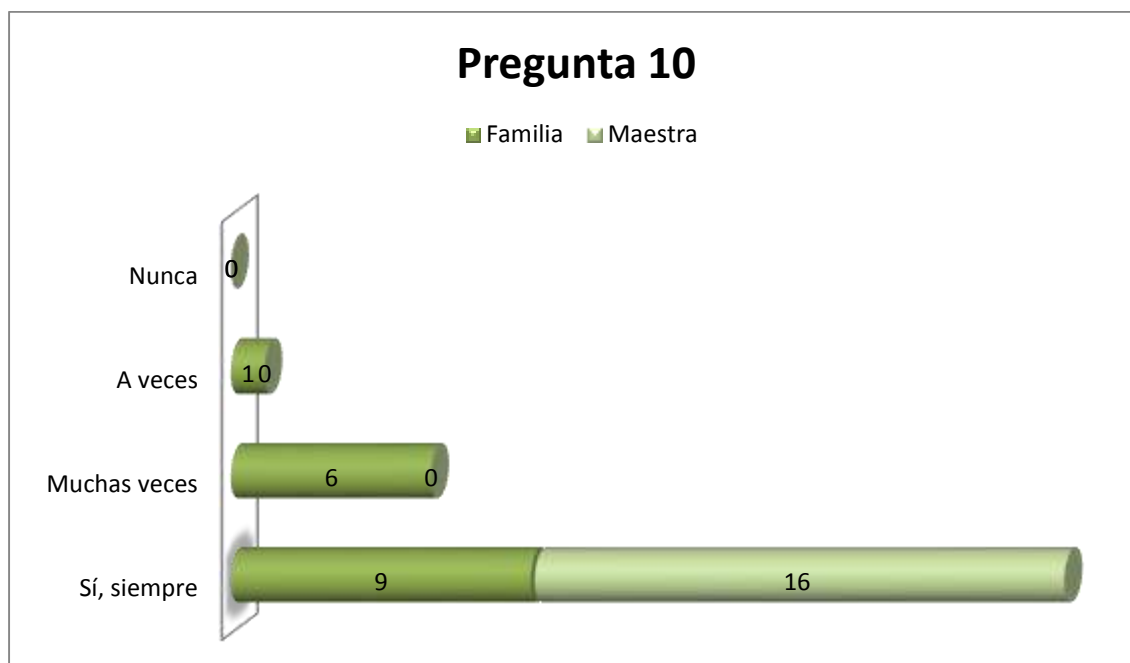
Pregunta 9) El niño/a habla y pide las cosas:

- A) Con mucha timidez, inseguridad.
- B) Con algo de timidez, inseguridad.
- C) Con seguridad.
- D) Con mucha seguridad.



Pregunta 10) ¿Refuerzas las actuaciones positivas del niño/a?

- A) Sí, siempre.
- B) Muchas veces.
- C) A veces.
- D) Nunca.



3.4.2. Análisis de los resultados obtenidos:

En la recogida de datos y los gráficos aportados, se observa que han respondido bastantes padres y madres, y se puede percibir también que en las respuestas de la maestra y en la encuesta, el/la niño/a no cambia mucho de actitud cuando está en la escuela o en otros ambientes. Esta información indica que trabajan conjuntamente, escuela y familia en todos los ambientes con el fin de potenciar la seguridad del menor sea el ámbito que sea.

Es importante comentar que no han contestado todos los padres, en la pregunta 1, y se ha comentado. Además, es necesario reflejar que las familias que han devuelto el cuestionario debidamente respondido son las familias colaboradoras, donde el menor muestra más seguridad. El 34% de familias que no han participado en la investigación, desde mi observación en el aula, son casualmente, los niños/as que muestran más inseguridad y más dependencia del adulto, entre los niños de acogida y los recién llegados al país.

Más resultados que se pueden observar en las encuestas, es la confianza que deposita la maestra en sus alumnos. Por esta razón, se ha podido ver como la mayoría de los niños, en el ámbito escolar, se sienten seguros de sí mismos, hablan y actúan con seguridad, son obedientes, piden ayuda... pudiéndolo contrastar con la observación directa. Esto sucede trabajando conjuntamente, familia y escuela, siguiendo las indicaciones de la maestra, ya que hay que tener en cuenta como se ha podido ver en el marco teórico, que poner límites y castigos al menor es importante pero no tanto como elogiarle, para que el niño/a tenga claro lo que hace bien y qué se le permite. Este hecho se puede observar en la pregunta 10, donde se ve que no se realiza con la frecuencia que se debería de hacer el reforzar las actuaciones positivas. El fin de reforzar las actuaciones positivas es fortalecer la confianza del niño/a y reforzar su seguridad a la hora de realizar cualquier actividad o iniciativa propia del menor. Se considera que es uno de los puntos más importantes que se debería hablar con las familias.

Para finalizar, también se puede observar que los padres y madres que han realizado el cuestionario, tienen las expectativas de sus hijos muy altas. Es un aspecto importante, porque para los niños es muy gratificante escuchar elogios y críticas de las personas de confianza, de esta manera el menor se motiva, cree más en su potencial y muestra ganas de aprender.

4. PROPUESTA DE MEJORA, COMO GUÍA ORIENTADORA PARA FAVORECER LA AUTOESTIMA

Para facilitar la tarea a las familias y de esta manera obtengan información suficiente para poder ayudar al menor en el desarrollo de su autoestima, se expone a continuación una serie de pautas para las familias.

Se trata de una carta dirigida a las familias:

Bienvenidas familias:

Hacemos llegar esta carta para poder desarrollar una buena autoestima a sus hijos desde casa, en la escuela también se está trabajando, pero es necesaria una involucración conjunta para obtener resultados favorables.

- Aceptar al hijo/a como es; con sus defectos y virtudes, reconociendo sus capacidades y limitaciones.
- Marcar normas de conducta y convivencia claras y justas, apropiadas para la edad del niño. No saber cómo establecer límites claros es perjudicial para la autoestima.
- No siempre tenemos que dejar a los hijos hacer u obtener inmediatamente lo que ellos quieren.
- Tener confianza en ellos. Es necesario darles oportunidades.
- Tener expectativas realistas.
- Dar siempre un trato respetuoso. Si hace falta regañar pueden hacerse desde el acompañamiento, mediante el diálogo y explicando por qué. Utilizar expresiones y frases tales como: entiendo que estés enojado, pero en este momento no... De esta manera demostramos respeto por sus sentimientos
- Escuchar activamente e interesarse por los problemas presentados por el niño/a.
- Hacerle saber que estamos satisfechos de él. Reforzar los componentes positivos. Valorar el esfuerzo.
- No ser sobreprotector y fomentar la autonomía de nuestro hijo / hija. Dejar que haga por sí solo todo aquello que es capaz de hacerlo solo, teniendo en cuenta su edad y habilidades.
- Intentar liderar con el ejemplo. Los adultos hacemos de modelo y nos copian tanto consciente como inconscientemente.
- Hablar a los hijos/as no como a un igual, sino como padre y madres que tienen la autoridad para educarlos (la autoridad no es autoritarismo ni aplicar el por qué lo digo yo.)
- Invertir el tiempo haciendo actividades juntos. Compartir y aprender a compartir con los demás.

Pautas para las escuelas:

- 1.- Mantener una posición corporal abierta al dialogo, expresando con gestos que nos interesa lo que dice el menor.
- 2.- Mantener el contacto visual, de forma no dominante ni intimidatoria.
- 3.- Escuchar sin interrumpir al niño/a. Nuestro cuerpo debe indicar que escuchamos con una sonrisa sincera y expresiones de asentamiento.
- 4.- La escuela ha de ser reflexiva: significa tener empatía, comprender los sentimientos de los menores.
- 5.- Debemos tratar de comprender el punto de vista de quien nos habla, aceptar sus opiniones, aunque no las compartamos.
- 6.- Eliminar obstáculos que frenen la comunicación: críticas, descalificaciones, exigencias, prejuicios, estereotipos...
- 7.- Respetar el espacio vital que la otra persona quiere mantener.

ACTIVIDADES:

Las actividades propuestas, tienen como finalidad trabajar las emociones, son actividades donde el objetivo principal es fomentar su autoestima y a su vez, educar emocionalmente al menor. Pretenden desarrollar las habilidades intrapersonales e interpersonales que forman parte de la inteligencia emocional.

Actividad 1: EL/LA PROTAGONISTA DEL DÍA

Cada día se elige un niño o niña que será el protagonista. La elección se puede hacer por suertes, por orden de lista, por mesas... Se cuelga una cartulina en la pared y los compañeros y compañeras de clase escribirán alguna cosa bonita del protagonista del día, con la ortografía natural de cada menor. Al final del día, el maestro o maestra, leerá la cartulina y el protagonista se llevará la cartulina a casa de recuerdo para poderlo comentar con la familia.

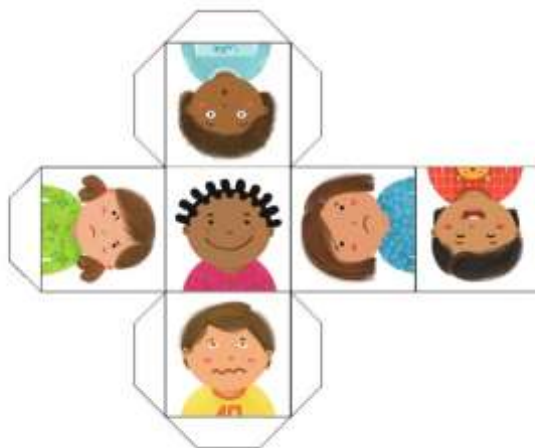
Es una actividad donde el diálogo es importante, se hablan de aspectos positivos de cada

alumno y toman conciencia de las virtudes personales propias y de los compañeros.

Actividad 2: EL CUBO DE LAS EMOCIONES

Material: Un dado grande donde en cada cara tenga representada una emoción. Se eligen las seis emociones que se quieren trabajar (miedo, amor, alegría, sorpresa, rabia, vergüenza, disgusto, nerviosismo...), las caras del dado las pueden hacer los niños, buscar fotografías, hacer fotografías a los alumnos expresando los sentimientos, se puede escribir la palabra...

Actividad: Sentados en círculo, cada alumno, por turnos, lanza el dado y ha de explicar alguna ocasión en que él se sintió así. Esta actividad permite identificar sus emociones con las de los compañeros/as y facilitar el desarrollo de la empatía.



Actividad 3: IDENTIFICAR EMOCIONES

Material: Dibujos o fotografías que representen las distintas emociones a trabajar.

Actividad: Enseñar una a una las imágenes de las emociones y los niños/as han de identificarlas visualmente. Posteriormente, deberán identificarlas auditivamente, mediante frases que el maestro o maestra dirá. Por ejemplo:

- ¡He marcado un gol!
- Mi hermano me quiere mucho.
- Vi una rana peluda.
- No quiero sopa.
- ¡No me dejan jugar!
- He pedido disculpas por romper un lápiz.
- Se ha muerto mi perrito.

Los niños pueden tener dibujos de las emociones y levantar el dibujo adecuado cuando

sepan de que emoción se trata, también se puede realizar de forma verbal.



Actividad 4: ¿POR QUÉ?

La maestra o maestro dice una acción y los niños/as han de imaginar todas las causas posible de aquel hecho. Se trata de buscar razones o causas lógicas mediante el diálogo.

Por ejemplo:

- Tengo mucho sueño. ¿Por qué?
- A Pedro le han hecho un regalo. ¿Por qué?
- El Daniel y la María están llorando. ¿Por qué?
- La Laura y la Clara se pelean. ¿Por qué?
- La Berta se ha caído de la bicicleta. ¿Por qué?

Actividad 5: EJERCICIOS DE VISUALIZACIÓN

La visualización es una técnica que nos proporciona tranquilidad, relajación, confianza y serenidad a la vez que disminuye el estrés y ayuda a mantener una buena salud.

Es muy útil para poder controlar la mente, las emociones y el cuerpo y lograr aquello que deseamos. Es un recurso muy importante en la educación de la inteligencia intrapersonal, ya que permite descubrir nuestro mundo interior y llegar a tener una buena autoestima y una salud física, emocional, mental y social.

5. CONCLUSIONES

Una vez finalizado la Iniciación a la Investigación se extraen las siguientes conclusiones:

- La autoestima es importante no sólo para el ámbito académico, sino también para la vida cotidiana y para todas las edades. Es necesario como profesores el transmitir mensajes positivos a los alumnos y fomentar la autoestima de cada uno de ellos, ya que es una forma positiva de afrontar la vida, tener distintas estrategias para superar los obstáculos de ésta y lograr las metas establecidas. Una vez analizados los resultados de la investigación se extrae la importancia de trabajar conjuntamente familia y escuela, y se necesita una buena compenetración padres-maestros, siempre pensando en el bien de los menores. Se hace necesario el trabajar conjuntamente y de este modo podría mejorar el porcentaje de niños/as con una buena autoestima en la escuela.

- Con respecto a los objetivos, se ha alcanzado el objetivo general realizar “un estudio sobre la autoestima en la segunda etapa de Educación Infantil, de niños de 4 a 5 años, en la escuela y con las familias”, y por lo tanto los objetivos específicos a lo largo del desarrollo del trabajo. El objetivo “concienciar a las familias y a los profesores sobre la importancia de la autoestima en los niños, para su desarrollo personal”, se ha cumplido porque las maestras son muy conscientes de la importancia de la autoestima y están haciendo un buen trabajo con las familias. El hecho de llevar a cabo esta investigación, ha repercutido positivamente en las familias ya que se ha logrado un interés mayor en el tema. “Proponer recursos y metodologías para fomentar la autoestima en el aula”, para lograr este objetivo, ha sido de gran utilidad toda la bibliografía encontrada y mediante una selección personal, en el Marco Teórico se encuentran distintas estrategias para desarrollar la autoestima en el aula.

6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS

En la realización del trabajo de fin grado, he encontrado algunas dificultades, la principal ha sido el 66% de familias que han participado en las encuestas, como he explicado en apartados anteriores, este 66% pertenecen a familias muy colaboradoras, muy participativas y muy involucradas con la escuela, por este motivo los resultados de mi investigación han sido muy favorables. Si hubiese participado el 33% restante, los resultados, estoy convencida, que hubiesen cambiado. Otra mejora que podría realizar, sería tener una muestra más numerosa, pero la escuela donde he realizado la investigación, es de una sola línea, donde había 24 alumnos en la clase.

De cara al futuro, se puede hacer una investigación más detallada de cómo se trabaja la autoestima en casa, para realizar este estudio, sería muy conveniente, tener la posibilidad de acceder a la casa de los menores y poder compartir momentos con las familias, sería la manera más fiable, ya que mediante nuestra propia observación, obtendríamos un abanico de conclusiones. Dependiendo de cada familia, serían más adecuadas unas actividades que otras y, mediante nuestra colaboración con las familias, resultaría más fácil poder realizar una guía personalizada para cada una de ellas, con el fin de fomentar la autoestima del menor.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alcántara, J.A. (2003) *Educar la autoestima*. Barcelona: CEAC.

Bernardo, J. *Educación personalizada: Principios, técnicas y recursos*. La Rioja: Síntesis.

Brandom, N. (1994). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós

Clark, S. (2003). *Cómo desarrollar la autoestima de tu hijo*. Barcelona: Ediciones Oniro.

Feldman, J. R. (2008). *Autoestima: ¿Cómo desarrollarla?: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas*. Madrid: Narcea.

Machargo, J. (1991). *El profesor y el autoconcepto de sus alumnos*. Madrid: Escuela Española.

Gómez, M.T., Mir, V. Y Serrats, M.G. (2000). *Propuestas de intervención en el aula. Técnicas para lograr un clima favorable en la clase*. Madrid: Narcea.

Martínez-otero Pérez, V. (2007). *La inteligencia afectiva. Teoría, práctica y programa*. Madrid: CCS.

Musito, G., Román, J.M. y Gracia, E. (1988). *Familia y educación: prácticas educativas de los padres y socialización de los hijos*. Barcelona: Labor.

Turner, J. (1986). *El niño ante la vida. Enfrentamiento, competencia, y cognición*. Madrid: Morata.

Valero, J.M. (2003). *Cómo desarrollar la afectividad, la autoestima y las actitudes en la escuela*. Valencia: Promolibro.

8. BIBLIOGRAFÍA

Alcántara, J.A. (2003) *Educación la autoestima*. Barcelona: CEAC.

Bernardo, J. *Educación personalizada: Principios, técnicas y recursos*. La Rioja: Síntesis.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.

Clemes, H. y Reynold, B. (1993). *Cómo desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid: Debate S.A.

Escardíbul, S., Martín, X., Puig, J.M. (2000). *Cómo fomentar la participación en la escuela: propuestas de actividades*. Barcelona: Grao.

F. C. (2006). *Una autoestima sólida es el principal escudo protector de los niños y los jóvenes*. *El Mercurio*, 28.

Feldman, J. R. (2008). *Autoestima: ¿Cómo desarrollarla?: Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas*. Madrid: Narcea.

Haeussler, I. y Milicic, N. (1995). *Confiar en uno mismo. Programa de desarrollo de la autoestima*. Santiago: Dolmen.

José, Z. (2012). *El desarrollo de la autoestima en Educación Infantil*.

Machargo, J. (1991). *El profesor y el autoconcepto de sus alumnos*. Madrid: Escuela Española.

María, F. (2012). *Influencia de la Educación Emocional en el desarrollo de la autonomía y autoestima en educación infantil*.

M^a.T.GÓMEZ, V.MIR, M^a.G.SERRATS (2000). *Propuestas de intervención en el aula. Técnicas para lograr un clima favorable en la clase*. Madrid: Narcea.

MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ, V. (2007). *La inteligencia afectiva. Teoría, práctica y programa*. Madrid: CCS.

Oros, J. (2011-01). Parentalidad y autoestima de los hijos: una revisión sobre la importancia del fortalecimiento familiar para el desarrollo infantil positivo. *Apuntes Universitarios*, Número 1, 155.

Pattillo, V. (2005). Dosis de autoestima reducen timidez infantil. *El Mercurio*, 26.

shapiro, L. (1997). *La inteligencia emocional de los niños. Una guía para padres y maestros*. Bilbao: Grupo Zeta.

Susan, M. (2013). *Cómo educar la autoestima en educación infantil*.

Riñón, J. Fco. y Valls, J. (1998). *La influencia del entorno en la educación: Confianza y alegría en los niños y niñas de 0 a 7 años*. Barcelona: Editorial Casals.

Turner, J. (1986). *El niño ante la vida. Enfrentamiento, competencia, y cognición*. Madrid: Morata.

Universidad internacional de la Rioja. (2013). Autoconocimiento y autonomía personal en la educación infantil.

Universidad internacional de la Rioja. (2013). Educación de la inteligencia y afectividad.

Valero, J.M. (2003). *Cómo desarrollar la afectividad, la autoestima y las actitudes en la escuela*. Valencia: Promolibro.

Vasta, R. (1987). *Cómo estudiar al niño: introducción a los métodos de investigación*. Madrid: Siglo veintiuno editores.

9. ANEXOS

9.1. IMÁGENES DE LA ESCUELA “SANT JOSEP ORIOL”

Fotografías extraídas de la página web de la escuela <http://www.escolasantjoseporiol.org>, escuela donde he llevado a cabo mi investigación.



9.2. ALUMNOS DE P4 Y P5 DE LA ESCUELA “SANT JOSEP ORIOL”

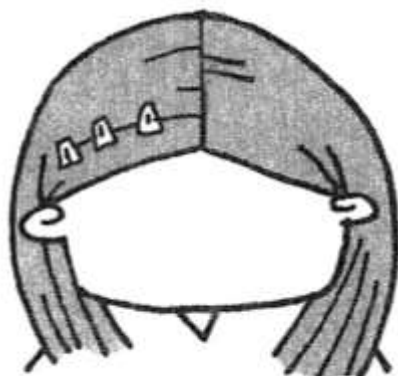
He tenido el placer de trabajar y llevar a cabo mi investigación con los alumnos que vemos en las fotografías también extraídas de <http://www.escolasantjoseporiol.org>.



9.3. MATERIAL PARA TRABAJAR LA AUTOESTIMA



Dominó para trabajar las emociones.



Caras en blanco para expresar sentimientos.