

*Instituto Superior Pedagógico
“Capitán Silverio Blanco Núñez”*

*“Actividades para el fortalecimiento de la autoestima
de los estudiantes de séptimo grado”*

*Tesis en Opción al Título Académico de Máster en
Ciencias de la Educación.*

AUTORA: Lic. Zoraida Ramona Pérez García.

Fomento.

2009.

*Instituto Superior Pedagógico
“Capitán Silverio Blanco Núñez”*

*“Actividades para el fortalecer autoestima de los
estudiantes de séptimo grado”*

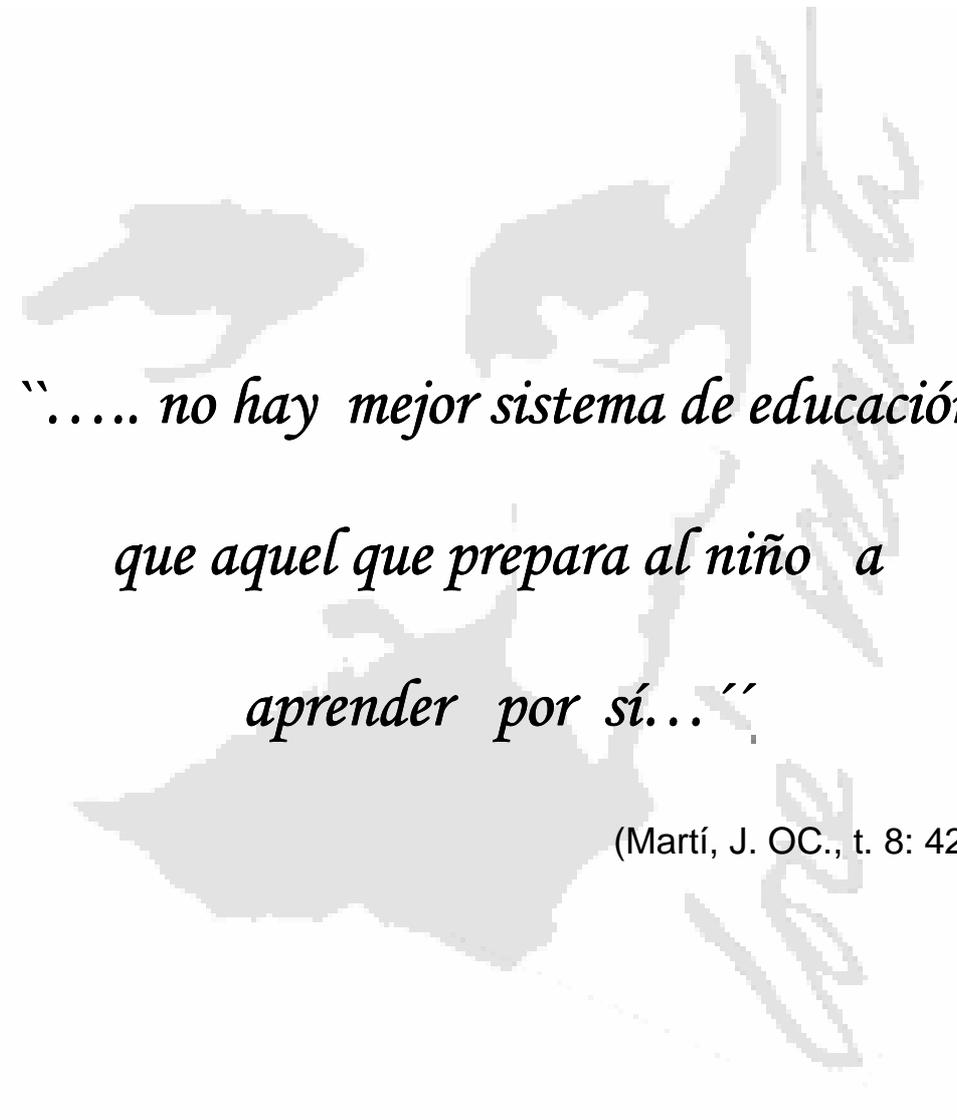
*Tesis en Opción al Título Académico de Máster en
Ciencias de la Educación.*

AUTORA: Lic. Zoraida Ramona Pérez García.

TUTOR: MSc. Orlando José González Sáez.

Fomento.

2009.



*“..... no hay mejor sistema de educación
que aquel que prepara al niño a
aprender por sí...”*

(Martí, J. OC., t. 8: 421)

AGRADECIMIENTOS.

Expreso mi eterno agradecimiento a:

- Mi familia, que supo pacientemente apoyarme, estimularme y demostrarme que era capaz de llegar al fin.
- Mi tutor, que con sus conocimientos, su paciencia y optimismo mantuvo viva la decisión de triunfar.
- Mis compañeros de trabajo, en especial a los que comparten conmigo día a día el trabajo en el aula, por apoyarme para que todo llegara a feliz término.
- Todas las personas, e instituciones que colaboraron con este proyecto.
- A la Patria, por ser una más de sus hijas, a la Revolución, por hacer posible el sueño de ser máster, al Ministerio de Educación, por la iniciativa y por haberme dado todo lo que en el orden intelectual profesional poseo.

A todos, de corazón, infinitas gracias

DEDICATORIA.

A la Revolución en su 50 aniversario.

A mi escuela y en especial a mis alumnos que son la razón de nuestra profesión.

A mi hija, que es la luz que alumbra mi camino, a mi esposo, a mis hermanos, a mi padre y a mi madre adorada que ya no existe físicamente, pero que siempre acompaña todos mis pensamientos.

SÍNTESIS.

La tesis contiene actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado. Se estructura en dos capítulos: el primero expone las concepciones filosóficas, pedagógicas y psicológicas que sustentan la propuesta; además se precisa el rol de la escuela en la formación de la personalidad de los estudiantes, con énfasis en la autoestima, componente esencial en la formación integral de los estudiantes en el ámbito de las actuales transformaciones que tienen lugar en la educación Secundaria Básica. En el segundo se analizan los resultados del diagnóstico, las principales regularidades detectadas y la descripción de las actividades aplicadas con un enfoque integrador y contextualizado. Se trata de una modesta contribución para elevar la calidad de la educación en Cuba, y puede convertirse en un material de apoyo a la labor del Profesor General Integral, como vía para propiciar un proceso de enseñanza - aprendizaje desarrollador y enriquecedor de la personalidad de los estudiantes de Secundaria Básica.

ÍNDICE.

Contenidos	Pág.
Introducción.....	1
Capítulo 1 REFLEXIONES TEÓRICAS EN TORNO A LA AUTOESTIMA Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LA PERSONALIDAD DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA BÁSICA	10
1.1 <i>La autoestima y su influencia en las relaciones interpersonales y la formación integral de los estudiantes de Secundaria Básica.</i>	10
1.2 <i>Las transformaciones en la Secundaria Básica y su contribución al desarrollo de la personalidad de los estudiantes, con énfasis en la autoestima.</i>	19
1.3 <i>El fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.</i>	27
Capítulo 2 ACTIVIDADES PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES SÉPTIMO GRADO.	37
2.1 <i>Análisis de los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial.</i>	37
2.2 <i>Elementos preliminares de las actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.</i>	39
2.3 <i>Presentación de las actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.</i>	42
2.4 <i>Validación de las actividades aplicadas para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.</i>	55
Conclusiones.....	59
Recomendaciones.....	61
Bibliografía.....	62

INTRODUCCIÓN.

La educación, entendida en su sentido más amplio, constituye un sistema complejo de influencias, en las que participa toda la sociedad. Estas influencias, que se ejercen con el objetivo de asegurar asimilación y reproducción de toda la herencia cultural anterior; así como de las relaciones sociales existentes, por regla general, actúan como procesos de cooperación y comunicación social, en que el hombre desempeña el papel de sujeto activo y creador.

Es la educación el medio fundamental para la socialización del sujeto, a través de ella la sociedad logra la asimilación y objetivación, en cada individuo, de los contenidos socialmente válidos, expresado en los sistemas de normas y valores aceptados por la misma sociedad.

En esta dirección estratégica el Comandante en Jefe trazó pautas, cuando en su intervención del 16 de septiembre de 2002 señaló: *“Hoy se trata de perfeccionar la obra realizada y partiendo de ideas y conceptos enteramente nuevos. Hoy buscamos lo que a nuestro juicio debe ser y será un sistema de educación que se corresponda cada vez más con la igualdad, la justicia plena, la **autoestima**, y las necesidades morales y sociales de los ciudadanos en el modelo de sociedad que el pueblo de Cuba se ha propuesto crear”*. (Castro, F. 2002: 12)

El objetivo final de la educación es la formación de personalidades capaces de insertarse adecuadamente en la sociedad y contribuir a su desarrollo. Y la educación de la personalidad es el resultado de múltiples influencias que el individuo recibe, integradas en un sistema; pero es la escuela quien ocupa el lugar central en esta formación, precisamente por el hecho de que la labor educativa que realiza la misma es un reflejo del cumplimiento de los principios y objetivos de la educación en la sociedad, quiere esto decir que la escuela debe responder a las exigencias que la sociedad le plantea a la educación de las nuevas generaciones.

Para el cumplimiento de este encargo social, es necesario lograr una sólida preparación pedagógica y psicológica de los adolescentes, así como un desarrollo adecuado de su personalidad, a través de diferentes vías psicopedagógicas y en favor de lograr un

proceso docente-educativo desarrollador, garantizando un mayor protagonismo y un pleno despliegue como personalidades, todo lo cual requiere de un conocimiento profundo del diagnóstico de los alumnos; así como un dominio profundo de las características de cada uno, tanto en el plano general, como individual y propiciar que los propios educandos sean conscientes de sus dificultades y cualidades.

Diseñar y promover actividades y situaciones de aprendizaje que favorezcan el desarrollo del potencial intelectual de los estudiantes, de su capacidad para enfrentar la realidad de forma reflexiva, crítica y constructiva, con grandes dosis de **autoestima**, constituye un reto que tienen que asumir las instituciones educacionales para estar a la altura de las características socioeconómicas, políticas y científico-técnicas de estos tiempos.

Los adolescentes cubanos tienen el privilegio de pertenecer a una sociedad que educa, entre otras cosas, en el sentido del deber, en la vocación de servicio, en la solidaridad, en la defensa de los principios. Es necesario creer en el papel de la cultura como vínculo de libertad y desarrollo de los seres humanos. “*Ser culto es el único modo de ser libres*”, sentenció Martí. (O.C., t. 6: 231) “*Sin cultura no hay libertad posible*”, aleccionó Fidel, (Castro, F. 2002), quien también ha mostrado, con su propio ejemplo a través de la historia, que las victorias se forjan antes que las batallas, por el convencimiento que se tenga de la razón y siempre que defienda una idea justa. Porque el derrotismo nunca ha tenido espacio entre nosotros; por eso se ha podido llegar hasta aquí y lo que es mejor se continúa avanzando.

Entonces, se trabaja por la formación de un cubano que tenga confianza en sí mismo y que enfrente la vida con optimismo. Cada pequeña y cotidiana tarea debe ser estímulo a la forja de la confianza de cada estudiante en sí. La manera de orientar, la manera de controlar, la manera de exigir, del mismo modo que deben ser impulsoras del desarrollo y no dejar fisuras a las concesiones, deben alimentar la **autoestima** de los niños, adolescentes y jóvenes.

Educar es también confiar en lo mejor del ser humano y sacar a flote lo mejor de las personas. Hay que trabajar en una permanente siembra de confianza y afecto; hay que vivir estimulando lo bueno que los estudiantes evidencien. Todo logro por pequeño que sea, merece destacarse y utilizarse como motivación para empeños mayores.

En el ámbito de las transformaciones que se materializan, se han realizado profundos cambios en el nivel de Secundaria Básica, con el fin de reducir el número de influencias que se ejerce sobre los estudiantes, lo cual incide positivamente en la calidad de las clases, en las relaciones alumno-profesor-familia y comunidad y en la atención diferenciada a cada uno de los adolescentes. La enseñanza tiene hoy el reto de garantizar que todos los estudiantes que transiten por este nivel, alcancen conocimientos esenciales para la vida y adquieran una educación integral, portadora de los valores humanos y revolucionarios que requiere hoy la sociedad cubana.

La Secundaria Básica exige una esfera de relaciones sociales mucho más amplia, ya no está circunscrita a los amigos de la infancia y a los coetáneos del barrio; al llegar a esta enseñanza los estudiantes contraen nuevas responsabilidades sociales que les van marcando su nivel de desarrollo y los va preparando para enfrentarse a la vida futura.

Comúnmente los alumnos con peor rendimiento académico tienen una pobre confianza en sí mismos como resultante de este y una débil motivación para conseguir metas que exijan una planificación previa y una regulación sostenida de la actividad intelectual. Estas actitudes, a su vez, agudizan los problemas del rendimiento escolar lo que contribuye a reforzar la baja estimación de sí mismo, la falta de compromisos y la apatía por las actividades docentes.

La vida transcurre entre logros y fracasos, y la **autoestima** es la condición que hace a la persona tener plena seguridad en sus capacidades, además, da la fortaleza necesaria para superar los momentos difíciles, evitando caer en el pesimismo y el desánimo. El papel de la autoestima entre los factores afectivo-motivacionales, que se exhiben en el proceso docente - educativo es muy relevante para que los estudiantes manifiesten adecuadas relaciones interpersonales y para la formación integral de su personalidad.

La investigación ha tomado como referentes teóricos significativos, la obra de importantes autores como el Dr. Gustavo Torroella, quien ha explicado con mucha claridad en su artículo, "La autoestima: Clave del éxito personal", que quizás el aspecto más importante de la personalidad de cada individuo es el concepto o valoración que tenga de sí mismo; además se han tomado los referentes teóricos de Silvia Colunga Santos y Nivia Álvarez Aguilar, así como Jorge García Ruiz, quienes han esclarecido a

partir de sus investigaciones, el papel que desempeña la autoestima en el logro académico y en el nivel de desarrollo de la inteligencia lógica de los estudiantes, sin embargo a partir de las experiencias vividas en el aula, se ha detectado que, existen estudiantes con dificultades en su proceso de adaptación a la escuela, al nuevo nivel escolar y al grupo, provocando que se depriman con facilidad, que sean muy tímidos, no actúen de forma independiente, no sean capaces de asumir responsabilidades o de afrontar nuevos retos, todo lo cual hace que presenten dificultades en su proceso de aprendizaje, en su desarrollo psíquico y en sus relaciones interpersonales, evidenciando dificultades en la formación de su personalidad por problemas de baja autoestima.

Ante esta problemática, surge la necesidad de concebir actividades que permitan el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes de séptimo grado y la correcta formación de su personalidad. De ahí, que se defina el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir al fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado?

En tal sentido, se plantea como **objeto de investigación**: La formación de la personalidad de los estudiantes de Secundaria Básica.

Se precisa como **campo de acción**: El fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

A partir de lo anterior, se traza como **objetivo de la investigación**: Validar actividades para el fortalecimiento de la **autoestima** de los estudiantes de séptimo grado.

Para dar solución al problema enunciado, se formulan las siguientes **preguntas científicas**:

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos que sustentan la formación de la personalidad de los estudiantes de Secundaria Básica?
2. ¿Cuál es el estado real de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado, de la ESBU “Mártires de la Familia Romero”?
3. ¿Qué actividades contribuirán al fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado de la ESBU “Mártires de la Familia Romero”?

4. ¿Qué resultados se obtendrán de la aplicación de las actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado de la ESBU “Mártires de la Familia Romero”?

Para cumplimentar las preguntas científicas, se acometieron las siguientes **tareas de investigación**:

1. Determinación de los fundamentos teóricos que sirven de base a la formación de la personalidad de los estudiantes de Secundaria Básica.
2. Estudio del estado actual de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado, de la ESBU “Mártires de la Familia Romero”.
3. Elaboración y aplicación de actividades para el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes de séptimo grado de la ESBU “Mártires de la Familia Romero”.
4. Validación de las actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado de la ESBU “Mártires de la Familia Romero”.

La investigación está basada en los métodos científicos: del nivel teórico, del nivel empírico, así como los estadísticos - matemáticos:

Del nivel teórico:

Analítico - sintético: se empleó fundamentalmente para el estudio de los criterios y enfoques sobre el fortalecimiento de la autoestima y su influencia en la formación integral de la personalidad que aparecen en la bibliografía más actualizada, así como para el proceso de diagnóstico inicial y final del nivel de autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

Histórico y lógico: permitió hacer un estudio de la trayectoria y evolución de un problema multifactorial como la autoestima y la influencia de esta en la formación integral de la personalidad de los estudiantes de séptimo grado.

Inductivo - deductivo: permitió analizar la influencia de la autoestima en la formación integral de la personalidad de los estudiantes y establecer las principales conclusiones y

generalizaciones al respecto. Su mayor presencia estuvo en el estrecho nexo con la práctica pedagógica.

Enfoque de sistema: proporcionó la orientación general para el estudio de la autoestima como un fenómeno que influye, y en no pocos casos determina, en el carácter y enfoque de una formación integral de la personalidad de los estudiantes. Además posibilitó la determinación de métodos, instrumentos, dimensiones e indicadores a emplear en las diferentes etapas de la investigación.

Del nivel empírico:

Observación científica: se utilizó de forma directa y abierta. Permitió estudiar la autoestima en sus condiciones naturales, y obtener información primaria acerca de cómo esta puede influir en la formación integral de la personalidad. Sirvió además como punto de partida para la aplicación de otros instrumentos.

Entrevista: su aplicación permitió detectar las principales manifestaciones y causas de problemas en la autoestima de los estudiantes de séptimo grado. También este instrumento, resultó pertinente para la recopilación de información adicional, que posibilitó un acercamiento a los principales estilos de actuación de los estudiantes con problemas en su autoestima y la influencia de esta dificultad en la formación integral de su personalidad.

Pre-experimento: para comparar los resultados iniciales, parciales y finales obtenidos mediante la aplicación de las actividades dirigidas al fortalecimiento de la **autoestima** de los estudiantes de séptimo grado. Este se aplicó en sus tres fases: constatación, formativa y control.

Del nivel matemático - estadístico:

La estadística descriptiva: para la recopilación, análisis y representación en tablas y gráficos de los datos obtenidos en la etapa de diagnóstico de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado y los resultados obtenidos con la aplicación de las actividades para el fortalecimiento de la misma.

La **población** está integrada por 45 estudiantes de séptimo grado de la ESBU “Mártires de la Familia Romero” del Municipio Fomento. La **muestra** fue seleccionada de forma intencional. La conforman 15 estudiantes, que representan el 33,3 % de la población. De ellos, 3 manifiestan adecuadas relaciones interpersonales, sin aspectos negativos en su personalidad, 5 presentan dificultades al reconocer sus potencialidades o sus dificultades y el resto actúa de modo que evidencian tener problemas en su personalidad: son muy tímidos, indecisos, no son capaces de enfrentar situaciones con cierto nivel de complejidad y tienen temor a responder oralmente preguntas que se les realizan; por todo lo anterior presentan serias limitaciones en su autoestima.

Conceptualización de las variables

Variable independiente: actividades para el fortalecimiento de la **autoestima** de los estudiantes de séptimo grado.

Variable dependiente: Mejoramiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

La autora de la investigación entiende por mejoramiento de la autoestima de los estudiantes, cuando son capaces de sentirse satisfechos con su modo de ser y actuar, cuando poseen confianza y seguridad en sí mismos, se motivan por participar en las actividades, son capaces de enfrentar situaciones difíciles, tomar decisiones y actuar independientemente.

Operacionalización de la variable dependiente:

Dimensiones.	Indicadores.
1. Cognitiva	1.1. Conocimiento del concepto autoestima. 1.2. Identificación de los componentes básicos de la autoestima y los elementos que pueden motivar dificultades en ella.
2. Conductual	2.1. Motivación que demuestra en la realización de actividades. 2.2. Confianza y seguridad en sí mismo a la hora de tomar decisiones y actuar.

La **novedad científica** radica en que las actividades elaboradas para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado, favorecen un tratamiento acorde a las carencias y potencialidades de los estudiantes con dificultades en su autoestima, para propiciar la formación integral de su personalidad. Estas permiten el desarrollo de la voluntad, el autocontrol y la dirección de sí mismo, elementos vitales en la formación integral de la personalidad. Las actividades tienen un carácter integrador, flexible y contextualizado. Puede constituir, además, un material de consulta para la preparación de los docentes, factible de ser enriquecido en la práctica pedagógica.

El **aporte** del trabajo está dado en las actividades, que presentan un enfoque actualizado y están en correspondencia con el proceso de transformación que tiene lugar en la educación Secundaria Básica, lo que posibilita fortalecer la **autoestima** de los estudiantes y coadyuvar a la formación integral de su personalidad. Asimismo contribuyen a sistematizar en ellos modos de actuación, de manera que les facilite

establecer positivas relaciones interpersonales, tanto dentro como fuera del centro de estudios.

El trabajo está estructurado en: introducción, que recoge los antecedentes del problema y el diseño teórico-metodológico; dos capítulos: el primero, se destina a la precisión de elementos teóricos que sustentan el fortalecimiento de la autoestima y su pertinencia en estudiantes de Secundaria Básica, en particular de séptimo grado; el segundo, aborda el estado actual del problema, la propuesta de solución y la validación de la misma, las conclusiones, las recomendaciones y la bibliografía consultada.

CAPÍTULO 1 “REFLEXIONES TEÓRICAS EN TORNO A LA AUTOESTIMA Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LA PERSONALIDAD DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA BÁSICA”

1.1. La autoestima y su influencia en las relaciones interpersonales y la formación integral de los estudiantes de Secundaria Básica

Uno de los elementos más significativos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una adecuada autoestima, es decir, saberse y sentirse competente en diferentes aspectos.

La autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento escolar del estudiante. El fortalecimiento de esta, se vincula estrechamente con la consideración, valorización y crítica recibida por los adolescentes de parte de los adultos.

Cuando un adolescente se califica de malo o mala, se considera bruto o torpe, o afirma que “no sirve para nada”, de inmediato se dice que tales expresiones indican una baja autoestima. También se afirma que tiene complejo de inferioridad.

Es comprensible que quien se considere así tendrá una conducta inhibida, a veces paralizante, que le frena su crecimiento personal y lo limita para enfrentar riesgos y adversidades de su medio social y familiar y por su puesto le impide lograr un crecimiento personal.

Con frecuencia en el desarrollo de la labor diaria se encuentran estudiantes muy tímidos, o con trastornos en su conducta, o que son muy inseguros en la realización de las actividades o que presentan dificultades en su rendimiento académico, por lo que hacen rechazo al medio escolar, todo lo cual provoca que presenten dificultades en sus relaciones interpersonales, y que sean adolescentes con un nivel muy bajo de autoestima.

La autoestima es un concepto inherente a una sensación fundamental de eficacia y en un sentido fundamental de mérito, a la idoneidad y a la dignidad en principio. Es una evaluación de la mente, la conciencia y en un sentido profundo, de la persona. Cuando se habla de autoestima generalmente se asocia a la valoración de sí mismo y se llama

la atención sobre la importancia que esto tiene para lograr algo en la vida, para satisfacer aspiraciones, para que el individuo llegue a quererse a sí mismo.

La autoestima se forma en el proceso de aprender el, ¿quién soy?, del trato que un individuo da y recibe de otras personas y del ambiente o comunidad que lo rodea.

No se trata de una evaluación de determinados éxitos o fracasos, tampoco de determinados conocimientos o habilidades. Es decir, se puede estar muy seguro de sí mismo en el nivel fundamental, y sin embargo sentirse inseguro de las capacidades en situaciones sociales específicas. De la misma manera, puede desenvolverse bien en el trato social y aún así, ser inseguro y dubitativo en su interior. Más aún, puede ser amado por todo el mundo y no amarse a sí mismo. Puede ser universalmente admirado y, sin embargo, no admirarse. Puede considerarse brillante, pero pensar que es intelectualmente nulo. Puede ser una persona de grandes éxitos y aún así sentirse un fracaso, por no haber cumplido sus propias expectativas.

La autoestima es la valoración que se hace el individuo sobre sí mismo en cuanto a las habilidades, defectos, virtudes, manera de ser, potencialidades y diferencias. También es un sentimiento, a través del cual el individuo se rechaza o se acepta, se siente seguro o inseguro, alegre o triste.

El adolescente con baja autoestima puede llegar a mentir o inventar historias con el objetivo de ser aceptado por los demás, en estos casos el llamado que esconde la mentira es: “no me siento capaz o fuerte... y necesito mentir para ser aceptado por los demás”.

Al considerar los factores que enaltecen o disminuyen la autoestima, el hecho de cumplir las propias expectativas es una condición esencial para una alta autoestima. Resulta falsa la noción de que la autoestima es simplemente una función de cómo lo ven y evalúan los demás. En el mismo grado en que se confía en la eficacia de la mente, se persevera al enfrentarse con desafíos difíciles o complejos, además de que, si se reafirma y se refuerza la sensación de eficacia, se tienen más posibilidades de triunfar que de fracasar.

Es conveniente señalar que esto se construye y edifica en el subconsciente, pues existe la tendencia a pensar que el nivel de autoestima únicamente depende del actuar de las

personas y de la forma como se presentan los acontecimientos y las circunstancias, surgiendo una evidente confusión entre lo que es la autoestima y los sentimientos.

Hoy día, se habla de la autoestima como una herramienta para generar seguridad en sí mismo, evitando así, que los estudiantes se sientan menospreciados y reafirmados como personas capaces de alcanzar metas ambiciosas. Pero existe el riesgo de cerrar los ojos a la realidad de las personas, convirtiéndolos en seres soberbios que piensan únicamente en sobresalir por encima de los demás.

No basta tener seguridad en las capacidades, el valor de la autoestima está fundamentado en un profundo conocimiento de la propia personalidad. Para que la autoestima sea realmente un valor, se debe tener un fundamento sólido sobre el cual se quiere edificar. Si solamente se piensa en ella como un producto del éxito, la posición profesional, una elevada capacidad intelectual o la aceptación social, todo se reduce a un actuar soberbio y con fines meramente protagonistas. La autoestima como vivencia psíquica, es tan antigua como el ser humano, pero su estudio comienza en los primeros años del siglo XIX con los trabajos realizados por James y publicados en "Los principios de la Psicología", donde reflexiona sobre "el yo global", "conocedor y conocido" y de allí nace la **autoestima**.

Para Carl Rogers, pensador cumbre de la psicología humanista, la raíz del problema que causa sufrimiento a muchas personas, radica precisamente en que se consideran seres sin valor e indignos de ser amados.

En "Violencia y Sexualidad", Ofelia Bravo afirma que: *"el término autoestima es el concepto de sí mismo", es el conjunto de actividades del individuo hacia sí mismo, es la percepción evaluativa de uno mismo y como centro el amor y la aceptación hacia la propia persona*". (Artiles de León, I. 1998: 134)

El ser humano se percibe y juzga a nivel sensorial en su cuerpo, evolución, pensamiento y emociones de su subjetividad, así como sus relaciones existenciales y también su sentido de la vida o trascendencia, ¿qué quiere para sí? Estas consideraciones hacia la propia persona, hacia su manera de ser y comportarse, de su cuerpo y su carácter, sin dudas son esenciales para los sentimientos de frustración o bienestar.

La relevancia de la autoestima consiste en que nada de lo que se piensa, se siente, se dice o se hace, queda fuera de su influencia. También está presente la posibilidad de conocerse a sí mismo con las virtudes y defectos en su justa medida. Esto permite a personal aceptar sus dificultades, errores y fracasos, así como superar prejuicios, actitudes y otros problemas que merman la realización individual, aceptándose no en la completitud de la perfección irreal, sino con todo su valor, por lo que es: persona.

José Vicente Benet, en su libro "*Sé amigo de ti mismo*" comenta que lo opuesto a la autoestima no es la heteroestima o estima de otros, sino la desestima propia. Las personas que se desestiman y malquieren, es decir, que tienen una baja autoestima, limitan sus posibilidades de entrega. No se puede dar lo que no se tiene y para dar amor a los otros es imprescindible tener amor propio. (Benet Vicente, José 2005: 58)

En la investigación realizada, se pudo constatar que en la definición de autoestima los autores mantienen, en la generalidad de los casos, una misma línea en relación a este concepto, por lo que la autora asume el criterio o definición dado por Elsa Gutiérrez Baró, cuando define la autoestima como: "*la forma en que una persona se siente y se percibe a sí misma, es el aprecio y consideración que las personas se tienen*". (2004: 41)

Para desarrollar integralmente la personalidad de los estudiantes, es importante tener en cuenta los componentes básicos de la autoestima, ellos son:

- Lo cognitivo: se refiere al conocimiento, ideas, opiniones, creencias, percepciones y procesamiento de la información.
- Lo afectivo: es la valoración que hace el estudiante sobre sí mismo, sea positiva o negativa.
- Lo conductual: representa la autoafirmación, es la intención y decisión de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente, buscando alcanzar una forma, honor y respeto ante los demás y ante sí mismo.

La autoestima es una condición, un valor que se adquiere, es decir, que se aprende y se va desarrollando en la medida que el individuo va creciendo, se va relacionando con el medio social en que se desenvuelve, esta se forma muy condicionadamente por la

opinión que se recibe de los demás y de la educación que se adquiere desde que se nace:

- Si una persona vive con la crítica aprenderá a condenarse.
- Si una persona vive con el ridículo aprenderá a ser tímido.
- Si una persona vive avergonzado aprenderá a sentirse culpable.

Pero....

- Si una persona vive con aprobación aprende a quererse a sí mismo.

Aunque todo lo anterior aporta y contribuye, este valor se sustenta en la sencillez con que se aprecian las capacidades, si las personas se consideran mejores o peores que los demás. Es importante recordar que un individuo vale por lo que es, y no por lo que aparenta ser. Un estudiante puede sentirse mal, porque en un determinado momento no pudo concretar una acción, tener éxito en una aspiración, obtener buenos resultados en los estudios o llevar a buen fin sus relaciones personales y la autoestima ayuda a superar ese estado de frustración y desánimo porque su personalidad no ha cambiado interiormente, conserva todo lo que es, en todo caso, adquiere una nueva experiencia y conocimiento para poner más empeño, tener más cuidado y ser más previsor en lo sucesivo.

Se puede llegar a tener una autoestima adecuada, si opinan que eres valioso, capaz, con virtudes y potencialidades y con defectos propios de cualquier individuo, todo lo cual estimula la realización de actividades y aspiraciones.

La autoestima es una poderosa necesidad humana y psicológica, ya que es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, no tener una adecuada autoestima impide el crecimiento psicológico, en este caso hay que tener mucho cuidado, lo negativo ejerce más que lo positivo. Es necesario que el estudiante se estime a sí mismo para que pueda tener una confianza objetiva en su mente y valor, lo que le proporcionará fortaleza y energía para enfrentar cualquier situación, además con ello asegura la felicidad y el éxito en la vida

Una baja en la autoestima es silenciosa durante años, a este complejo se le llama bomba de relojería donde el individuo afecta psicológicamente su vida hasta llegar a resultados de fracasos, ruinas y caos general.

En la autoestima se refleja "la voluntad de ser eficaz". El concepto de ser eficaz es una ampliación de comprender, de poner énfasis en la perseverancia frente a las dificultades, de continuar intentando, de comprender cuando resulta difícil, de querer llegar a dominar una actitud o la solución de un problema frente a las derrotas.

Tomar conciencia de la trascendencia de la autoestima es un presupuesto determinante de la eficacia y de la perfección que se desea alcanzar en su formación. La causa de que en los objetivos, programaciones y actividades escolares, se descuida la educación de la autoestima estriba en la ignorancia o inadvertencia respecto al influjo decisivo que tiene en todo el proceso de maduración personal.

Cuando un estudiante o cualquier persona goza de una adecuada autoestima es capaz de enfrentar los fracasos y los problemas que les sobrevengan. Dispone dentro de sí de la fuerza necesaria para reaccionar buscando la superación de los obstáculos. En buena medida es inaccesible al desaliento prolongado y muchas veces consigue respuestas mejores, que lo llevan a un progreso en su madurez y competencia personal.

Los mecanismos psicológicos de la formación y desarrollo de la personalidad deben tomarse en cuenta y utilizarse para planificar y conducir las acciones de los estudiantes, a fin de ejercer una verdadera influencia positiva en el proceso docente-educativo, pues son decisivos en la forma de pensar, de actuar y relacionarse con los demás y por tanto, factor determinante para la elevación de la calidad del aprendizaje.

Para esto es necesario recordar uno de los principios de la psicología materialista Dialéctica: el principio del desarrollo, que plantea que la personalidad surge en un momento dado de la vida del individuo y que siempre está en continuo cambio y transformación.

Este principio de la personalidad en la psicología marxista, fue introducido por S. L. Rubinstein, quien enfatizó el carácter integral y específico de la personalidad como sujeto de la conducta y al respecto planteó: *"La actividad del hombre, comprendida como un conjunto de reacciones internas a estímulos externos del medio, fue separada del sujeto actuante como personalidad concreta, conciente e histórica"* (1973: 21)

Con esta tesis, se puede constatar que la personalidad no es algo dado al hombre, sino que se forma y se desarrolla como un reflejo individual del conjunto de relaciones

sociales y de las condiciones histórico-sociales de la vida. El hombre nace y solo mediante el proceso de desarrollo condicional histórico-social y gracias a la actividad en el proceso de comunicación con los demás deviene en personalidad.

Ser personalidad significa no solo adaptarse al medio, y actuar sobre él, sino también influir de manera activa sobre este transformándolo y en la misma medida influir sobre sí mismo transformándose. Es decir, ser personalidad, significa aprender a actuar, a conducirse con respecto a las personas y a los objetos circundantes, teniendo en cuenta el desarrollo histórico social alcanzado por la humanidad.

El desarrollo de la personalidad responde a la experiencia histórico-social con la que entra en contacto el hombre en el sistema de sus relaciones sociales. Esta experiencia no se asimila de pronto, por lo que el individuo tiene que sufrir un largo proceso de formación y desarrollo durante su vida, mediante el cual se forman en él cualidades de su personalidad, que están mediatizadas por el sistema de relaciones sociales que se establezcan en el medio que se desenvuelva.

El principio del determinismo dialéctico expresa que este desarrollo de la personalidad, se produce a partir de la interacción e interrelación entre las condiciones internas del sujeto y las condiciones externas que le rodean, fundamentalmente las condiciones sociales de vida y educación. Esta interacción permite que se produzca el proceso de apropiación de la experiencia histórico-social, que posibilite al sujeto que haga suya toda la herencia de la humanidad (encarnadas en los objetivos hechos por el hombre y en las relaciones que se establecen entre los sujetos) y con esto se desarrolle, lo que permite afirmar que la educación guía y conduce el desarrollo psíquico. La interrelación entre lo interno y lo externo se hace a través de la actividad y la comunicación, lo que lleva al tercer principio: la psiquis humana (y por ende la personalidad) se forma y desarrolla en la actividad y la comunicación y se manifiesta en las mismas, regulándolas.

De ahí que se pueda afirmar que son la actividad y la comunicación los mecanismos psicológicos de formación y progreso de la personalidad; para que el estudiante pueda realizar debidamente las actividades estableciendo en ellas una correcta comunicación, necesita tener una adecuada autoestima, y utilizarla como mecanismo de influencia para alcanzar sus objetivos y la formación integral de su personalidad.

El término actividad no es exclusivo de la psicología, como tampoco lo es el de personalidad. Por ello se impone la caracterización de la actividad de la personalidad desde el punto de vista psicológico.

“Se le llama actividad a aquellos procesos mediante los cuales el individuo, respondiendo a sus necesidades, se relaciona con la realidad, adoptando determinada actitud hacia la misma. La actividad no es una reacción ni un conjunto de reacciones. La interrelación sujeto- objeto ocurre en forma de actividad, gracias a la cual se origina el reflejo psíquico que media esta interrelación. De este modo, la actividad es un proceso en que ocurren transiciones entre los polos sujeto- objeto en función de las necesidades de los primeros”. (González Maura, V. y otros 2001:91)

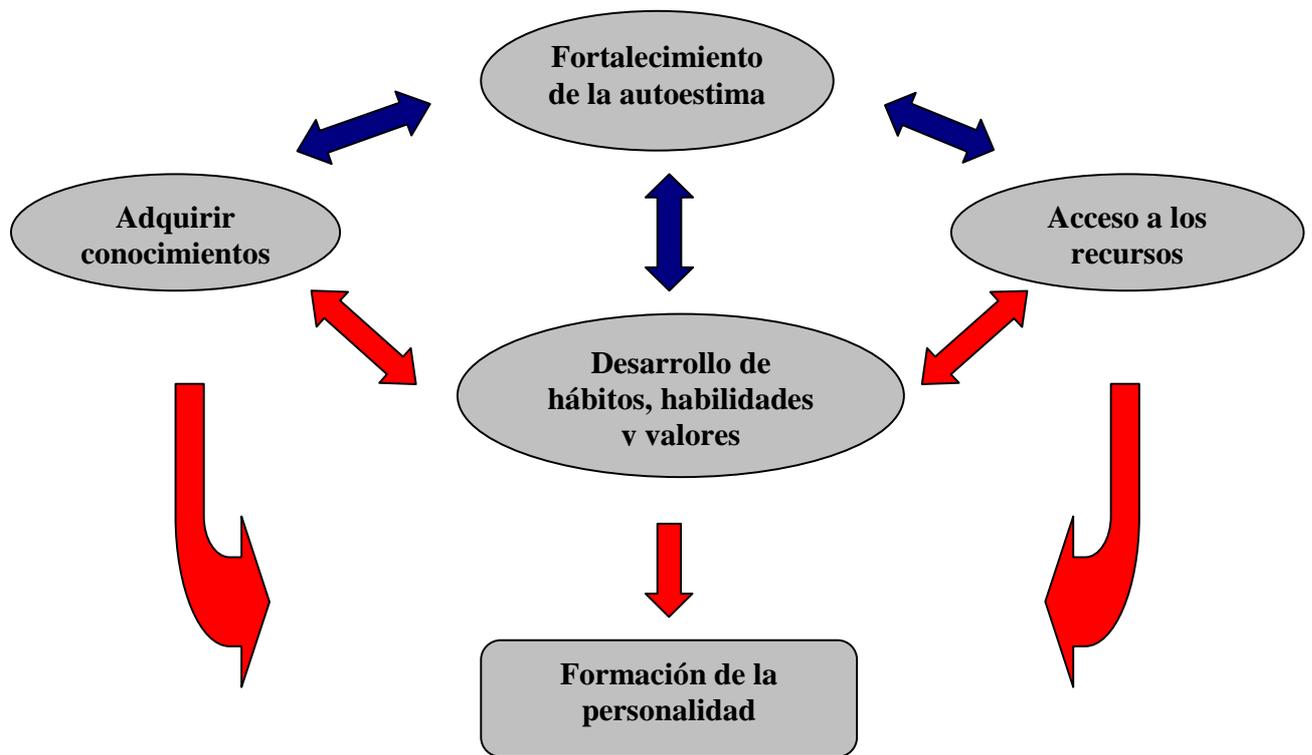
Las actividades, constituyen procesos subordinados a objetivos o fines conscientes, ellas comprenden el conjunto de reacciones internas a estímulos externos del medio, formando la personalidad concreta e histórica de cada individuo.

Un criterio referido a la actividad, y que la autora de la investigación asume es el que la define como *“el proceso de interacción sujeto-objeto dirigido a la satisfacción de las necesidades del sujeto, como resultado del cual se produce una transformación del objeto y del propio sujeto.”* (A. N. Leontiev 1981: 239)

En tal sentido, es importante destacar que el hombre establece dos tipos fundamentales de interacción o interrelación con lo que le rodea: las que establece con los objetos y las que establece con otros hombres. En el primer caso, se habla de las relaciones sujeto-objeto, en el segundo de las relaciones sujeto-sujeto. En la psicología, para referirse a las relaciones sujeto-objeto, se habla de la actividad; para las relaciones sujeto-sujeto, se habla de la comunicación. Actividad y comunicación forman una unidad dialéctica: al establecer una relación con los objetos, a través de una actividad el individuo simultáneamente se relaciona con otros individuos, establece una comunicación con ellos, produciéndose una modificación mutua que puede, junto a otros factores, favorecer o entorpecer cada una de dichas relaciones. Esto es plenamente evidente en el proceso docente-educativo en la escuela y en el aula: cada estudiante se relaciona, realiza una actividad con diferentes objetos (reales o ideales), como son: los libros, medios audiovisuales, con vistas a apropiarse de un conocimiento dado y desarrollar determinadas habilidades y capacidades; pero en esa actividad el estudiante puede

estar aislado del objeto, (como metido en una campana de cristal), debido a dificultades en su personalidad, por una baja autoestima, y apoyándose en la actividad, existe toda una serie de relaciones con su profesor y con sus otros compañeros que pueden modificar en uno u otro sentido su actuación: si la comunicación que realiza con ellos es adecuada y se establece por las vías y procedimientos normales, el desempeño de su actividad es cada vez más elevado y con resultados cada vez mejores y viceversa, cuando dicha comunicación tiene problemas y dificultades, esto se refleja en deficiencias de su actuar cotidiano en la escuela. Al mismo tiempo, si el profesor y el grupo tienen en cuenta la dificultad que este adolescente presenta para realizar adecuadamente sus deberes en la clase, se apreciará cómo la comunicación apropiada entre el primero y cada uno de sus estudiantes, y entre estos, con el afectado es cada vez mejor, lográndose un ambiente favorable que permite elevar la autoestima del mismo e influye positivamente en el desarrollo del proceso de aprendizaje, en la adquisición de conocimientos por parte de los estudiantes y en la formación integral de su personalidad.

La misión de la escuela es preparar al estudiante para que elija patrones de comportamiento que favorezcan su desarrollo, para ello es necesario el fortalecimiento de su autoestima, la que le permitirá una mejor adquisición de conocimientos, la formación correcta de hábitos de conducta, de habilidades y valores, que junto al aprovechamiento sistemático de los recursos disponibles, le permita lograr una vida prolongada, saludable y la correcta formación de su personalidad.



1.2. Las transformaciones en la Secundaria Básica y su contribución al desarrollo de la personalidad de los estudiantes, con énfasis en la autoestima.

En la adolescencia, etapa en la que centra su interés esta investigación, se producen rápidos y profundos cambios anatómo-fisiológicos y psicológicos, es un período de reelaboración y reestructuración de diferentes aspectos y esferas de la personalidad, que alcanza durante esta fase un matiz personal. Es un momento del desarrollo en el que prima la necesidad de autoafirmación, arriban a nuevas cualidades de sus procesos cognoscitivos, a una mayor definición y estabilidad de los componentes de su esfera moral y a un nivel superior en el desarrollo de la autoconciencia. Todas estas transformaciones exigen de los estudiantes, nuevos métodos de asimilación y, a su vez, presupone el desarrollo de formas superiores en los procesos cognitivos, con lo cual se

amplían considerablemente sus posibilidades para conocer los fenómenos naturales y sociales del mundo que los rodea.

Los aspectos de formación de la personalidad están sujetos a variaciones individuales, ya que todos los estudiantes no arriban a la adolescencia a una misma edad. En esta etapa de la vida, donde se desarrolla la personalidad, se produce una peculiar integración entre las demandas sociales y la posición interna que ha logrado el estudiante; se encuentra en una especial combinación de la situación objetiva y real que ocupa en la vida (lo que serían las condiciones externas al sujeto) y las condiciones internas que son el resultado de lo vivido, expresando sus aspiraciones; así como sus posibilidades futuras.

La influencia del colectivo desempeña un papel primordial en el proceso de formación de la personalidad, contribuyendo notablemente a la configuración de una autovaloración adecuada del estudiante, a través de la comprensión a la crítica de otros acerca de él, reflejándose esto en sus opiniones sobre sí mismo y llegando a convertirse en un elemento interno regulador de su conducta y actividad.

Desde el punto de vista psicológico, las condiciones internas de los estudiantes de séptimo grado, que inician en la enseñanza Secundaria Básica y a su vez en la etapa de la adolescencia, se caracterizan por la necesidad de independencia y autoafirmación, expresadas en el deseo de ser tratados como adultos, son conscientes del desarrollo que van alcanzando y van exigiendo sus derechos en el lugar que ocupan en la sociedad. Simultáneamente se incrementa la necesidad de ocupar un lugar en el grupo de coetáneos, de conquistar el reconocimiento y la aceptación de sus compañeros, convirtiéndose estas en necesidades muy significativas para el desarrollo de su personalidad; por lo que debe tenerse en cuenta para propiciar su satisfacción a través del desarrollo de nuevas formas de actividad y comunicación que estimule su crecimiento personal.

El adolescente se caracteriza por una elevada sensibilidad que le hace muy susceptible y vulnerable a las opiniones y críticas de los demás, especialmente sus compañeros. A lo largo de toda la etapa y a partir de un esfuerzo consciente, va logrando un control mayor de las expresiones y emocionales, lo que le permite una mejor interrelación con

los que le rodean y especialmente con su grupo de amigos. En este período de la vida las opiniones del grupo poseen mayor peso que la de los padres y maestros y en este sentido el bienestar emocional del estudiante depende de si ha logrado ocupar el lugar al que aspira dentro de su colectivo.

En el campo educativo, las interpretaciones y aplicaciones de la concepción dialéctico-materialista de la personalidad se sustentan básicamente en la tesis vigostkyana acerca del determinismo histórico-social de las funciones psíquicas, evidenciadas en la teoría de que: *“En el proceso de desarrollo histórico, el hombre cambia los modos y procedimientos de su conducta y crea nuevas formas de comportamiento, específicamente culturales”* (Vigotsky, 1987: 38). Con esta teoría, el autor deja esclarecido el papel que juega la socialización del individuo en la formación de su personalidad. Es en el proceso de su desarrollo, mediante la imitación, la comprensión, y la realización conjunta de acciones, que el estudiante asimila las formas de conducta y las traslada a sí mismo, las interioriza, modificando de esta forma las funciones de su propia personalidad.

A L.S. Vigotsky se debe la comprensión científica de la naturaleza de los fenómenos psíquicos: en su origen tienen un carácter interpsicológico, es decir, surgen primero en el plano social, en la interacción de unos individuos con otros, y sólo después adquieren su carácter interno, intrapsicológico, mediante un proceso de interiorización de lo vivido socialmente. Es en la actividad social, en la interacción de unos hombres con otros, que surge el mundo espiritual de cada uno, su personalidad. Aunque las ideas acerca de la naturaleza social del psiquismo humano han estado presentes también en autores como George H. Mead y M. Bajtin, la conceptualización de Vigotsky los supera, al brindarle una sólida interpretación sobre la base del materialismo dialéctico histórico.

En "Pensamiento y Lenguaje" afirma Vigotsky: *“Los niveles de generalización en un niño corresponden estrictamente a los niveles de desarrollo en la interacción social. Un nuevo nivel en la generalización significa un nuevo nivel en la posibilidad para la interacción social”*. (1964: 83)

La concepción histórico-cultural desarrollada por este autor, permite comprender que la interacción del estudiante con el medio que lo rodea, constituye un proceso de

aprendizaje no solo de la actividad social, sino también de realización individual, y de formación de su personalidad, de la adquisición de conocimientos y apropiación de la cultura que tiene lugar a partir de las interacciones que se producen en la escuela y en las diferentes actividades que en ellas se desarrollan, en el seno de determinado contexto social, histórico e institucional, que condicionan los valores e ideales de la educación.

La enseñanza y la educación, como formas históricas de transformación de la experiencia social, promueven la participación activa de los estudiantes en la apropiación de conocimientos y formas de conducta elaboradas y depositadas en la cultura, conduciendo así al desarrollo personal. La comunicación con las demás personas, conduce a la adquisición, interiorización o personalización de la conducta social, este contenido adquiere un sentido psicológico y se convierte en medio para la regulación y autorregulación de su comportamiento. Esta idea, sustentada en la ley genética del desarrollo cultural, cristalizada en el concepto vigotskiano de *zona de desarrollo próximo*, que es la distancia que existe entre el nivel de desarrollo actual del estudiante, determinado con tareas que él puede solucionar de forma independiente y el desarrollo posible, potencial, que se determina con ayuda de tareas a solucionar bajo la dirección de los adultos y la colaboración de estudiantes con mayores potencialidades. El nivel de desarrollo actual está determinado por las funciones cognitivas y afectivas que ya han madurado y son fruto del desarrollo. El nivel de desarrollo próximo o potencial está determinado por la realización de tareas que resuelve con la ayuda de otros y que permiten potenciar su desarrollo e ir afianzando su personalidad en esta etapa de la vida.

La adolescencia constituye un período decisivo en el desarrollo del individuo. Se extiende desde los once o doce años, hasta los quince aproximadamente, cuando se inicia la juventud. El comienzo de esta etapa coincide con la entrada en la Secundaria Básica y esto resulta un cambio trascendental en su vida; pasan a otro nivel de enseñanza y comienzan a realizarse profundos cambios en su personalidad y en la forma de comportarse y conducirse en el medio social. En séptimo grado se encuentran estudiantes con características típicas de adolescente, junto a otros que aún conservan rasgos y conductas propias de la niñez. Es este un período de

reelaboración y reestructuración de diferentes esferas de la personalidad, ya que alcanzan durante esta etapa un matiz personal, aunque vive en el presente ya comienza a soñar con el futuro, ocupa gran parte de su tiempo en la actividad escolar y el estudio, pero siente necesidad de otros aspectos de la vida, sobre todo de relaciones con sus compañeros, es un momento de grandes cambios, de desprendimientos, pérdidas, ganancias, temores, inquietudes y ansias de saber. Se deja atrás al infante, dependiente en muchos aspectos del adulto para convertirse en un ser que construye su identidad en correspondencia con nuevas experiencias educativas, familiares, comunitarias, laborales, culturales y sociales. Es un “periodo de tránsito”, pues el adolescente si bien no es un niño, tampoco es adulto, por lo que su conducta en ocasiones es inestable.

En esta etapa se producen transformaciones importantes, quieren reafirmar sus derechos a decidir sobre su persona en su espacio de actividades y tratan de imponer un límite a los derechos de los adultos sobre ellos, se manifiestan actitudes hacia las antiguas imposiciones adultas, rebelándose ante estas; lo que antes cumplían con deseos, ahora se resisten a hacerlo, lo que antes aceptaban dócilmente, ahora lo ven como una privación de su derecho a la independencia. Es esta una etapa de cambios, se sienten iguales a unos y diferentes a otros, en esto influyen los disímiles espacios de socialización como son la escuela, la familia, los grupos informales y la comunidad donde conviven e interrelacionan con los demás, de los cuales se aprenden los diversos comportamientos, ya sean adecuados o inadecuados. Este aprendizaje no los convierte en receptores pasivos, sino en constructores y transformadores de la sociedad en que viven, ya que en ellos está presente la necesidad del cambio constante y la trasgresión de normas, convirtiéndolo en una importante fuerza de transformación social. Al no tenerse en cuenta estas manifestaciones, se originan conflictos que obstaculizan el normal desarrollo de la personalidad de los estudiantes. Es vital conocer las cualidades positivas y negativas que se combinan para dar lugar a una personalidad irrepetible en cada uno, posibilitando así la regulación de la conducta y el mejoramiento de las relaciones interpersonales.

En el repertorio de las ideas e imágenes que alberga la mente del ser humano, hay una muy importante por la influencia que ejerce sobre la conducta y es la idea o imagen que

cada uno se ha formado de su propia personalidad, reflejo, en parte de las opiniones que tienen los demás sobre ellos y en parte producto de una elaboración propia que hace el individuo sobre su persona, principalmente en la etapa de la adolescencia. En esta etapa de la vida se desarrolla un nivel superior de conocimiento y valoración de sí mismo cuando el adolescente, motivado por la necesidad de saber quién es y quién quiere ser, elabora una opinión y estimación oportuna, independiente de su propia persona, basada en la autorreflexión que realiza sobre sus vivencias, experiencias y actividades. Otra fuente importante que influye en el concepto y valoración de sí mismo es la observación y valoración que hacen de los demás y la comparación de ellos consigo mismo. El concepto y valoración que tiene de sí cada individuo es uno de los aspectos más importantes de la personalidad, el que influye notablemente en la vida y la conducta cotidiana. La corrección de ese comportamiento personal depende en gran medida del mejoramiento del concepto y valoración que cada quien tenga sobre su persona; es precisamente en este aspecto donde debe realizarse una mayor influencia en la etapa de la adolescencia, labor que corresponde realizar con énfasis a la escuela y en particular a los maestros y profesores.

Se reconoce que la escuela es una de las instituciones sociales que más contribuye a la formación de la personalidad de los adolescentes, de ahí que deben aprovecharse todos los espacios que esta institución genera: proceso docente- educativo, actividades docentes y extradocentes, con la finalidad de fortalecer la autoestima y la formación integral de los estudiantes del nivel secundario. Es necesario además que la escuela aproveche y desarrolle suficientemente toda la experiencia afectiva, volitiva y cognitiva que el estudiante posea, logrando que se autoestime, se respete a sí mismo como individualidad, se autocontrol, respete los derechos de los demás y se relacione adecuadamente con quienes lo rodean. En tal sentido es pertinente tener presente el pensamiento martiano, el cual sitúa al ser humano en el contexto histórico-social en que vive, su felicidad no se completa sino dentro de la sociedad y en su contribución a su transformación y mejoramiento, de ahí que su pensamiento se sintetice en esta fórmula: *...“La enseñanza ¿quién no lo sabe? es ante todo una obra de infinito amor”* (Martí, O. C t.11, p.82)

Pensamiento este que declara a la educación como un derecho y un deber humano y que debe estar vinculado a la época, a la vida, a la transformación social y a la felicidad del ser humano, en él, supo profundizar y sacar a la luz la piedra angular de la pedagogía que necesita el mundo actual: la integración del sentimiento y el perfeccionamiento de la educación.

Con la aplicación de las transformaciones radicales en la enseñanza Secundaria Básica, continúa vigente la interrogante sobre cómo mejorar la calidad del proceso docente educativo y con ello el desarrollo personal y social en los estudiantes de este nivel. Esto presupone el progreso de habilidades en los escolares para el logro de una formación integral, con énfasis en los de séptimo grado que inician una nueva etapa de su vida.

Esta enseñanza se enfrenta a cambios radicales en su modelo educativo, el que se corresponde cada vez más con la igualdad social, la justicia plena, la autoestima y las necesidades morales, sociales y culturales de los ciudadanos en la sociedad que el pueblo cubano se ha propuesto crear. El cambio más trascendental consiste en que los estudiantes reciben la influencia de la menor cantidad posible de docentes, los que están responsabilizados con la formación integral de un determinado número de alumnos, empleando para ello, con eficacia y efectividad, todos los medios que la Revolución ha puesto a su alcance, garantizando así un trabajo educativo más eficiente, una atención superior a las diferencias individuales y una mejor comunicación entre los sujetos participantes en el proceso pedagógico, logrando de esta forma un mayor desarrollo de la conciencia y una mejor relación de la escuela con la familia y su contexto.

Los conflictos en la familia ponen muchas veces su sello a la adolescencia, pero son reflejo de problemas culturales, de las actitudes tradicionales de los adultos hacia estas edades, incluso pueden reflejarse en el sistema de relaciones con la escuela. Los problemas en la comunicación intrafamiliar, por mensajes encubiertos de reproche, en ocasiones transmiten veladas agresiones verbales o "las indirectas", expresiones descalificadoras disimuladas. El ejercicio de la crítica permanente hacia la labor del adolescente por parte de quienes lo rodean y que lesionan sensiblemente su dignidad, puede ser también causa que provoca una baja autoestima. Al respecto decía Martí: *"Es loable la censura de la alabanza interesada. Cuando consuela a los tristes, cuando*

proclama el mérito desconocido, cuando levanta el ejemplo ante los flojos y descorazonados, cuando sujeta a los hombres en la vida de la virtud, lo loable es la alabanza” (1892: 369-370)

En tal sentido la manera de decir, debe ser tan importante como lo que se dice y nadie debe empeñar la razón que tiene en lo que critica, con formas de expresión que hieren al que las recibe. La razón es más razón cuando descansa en formas cultas, pues se percibe y asimila mejor por el destinatario del mensaje.

Al iniciarse en la enseñanza secundaria, el estudiante siente la exigencia de una esfera más amplia de relaciones, las que ya no están circunscritas a los amigos de la infancia, o a los coetáneos del barrio. Ellos contraen responsabilidades sociales y se encuentran en una nueva situación educativa; con la concepción del Profesor General Integral, tiene la posibilidad de lograr un estrecho intercambio comunicacional con él, que abarca múltiples aspectos de su vida escolar y social: desde el tipo de relaciones que se establecen en su hogar, su desenvolvimiento en el grupo de condiscípulos, y en otros ambientes grupales y formales, hasta su manera de pensar, convirtiéndose así sus profesores en interlocutores de gran importancia para la formación de una apropiada personalidad y un adecuado desarrollo moral.

Esta es una importante etapa de consolidación de la autoimagen y la autoestima, ellos reconocen sus nuevas posibilidades físicas e intelectuales y esto les permite conformar los sentimientos de valía propia, un nuevo concepto de sí mismo cualitativamente más complejo en el que influye la aceptación de que goce en el hogar y en el grupo escolar. Esta autoimagen también se relaciona con la posición que va a ocupar en el mundo de los adultos, de quienes busca la aprobación.

La adolescencia es un período de la vida de gran significación para el estudiante, en ella se definen las principales características de la personalidad del ser humano, tanto psíquicas como físicas y es en ella donde se realizan los aprendizajes básicos para el futuro comportamiento personal y social, por lo que es muy importante una correcta formación de la personalidad, para alcanzar una salud física y mental adecuada. Es la escuela y sus influencias educativas la encargada de lograr una formación integral de la de los estudiantes, enseñándolos a conocerse a ellos mismos, a valorar sus cualidades

y posibilidades, a modificar lo negativo y conservar lo positivo, desarrollando nuevas actitudes que les permitan crecer como personas y afirmar su personalidad.

Gustavo Torroella en su artículo, “La autoestima: Clave del éxito personal”, explica con mucha claridad que quizás el aspecto más importante de la personalidad de cada individuo es el concepto o valoración que tenga de sí mismo. Además que en el mundo actual hay dos clases de personas: aquellas que poseen una alta estimación y una buena imagen de sí, es decir, que tienen confianza en sus recursos y capacidades, sintiéndose competentes para emprender nuevos desafíos y logrando el triunfo siempre que se lo proponen y las que tienen un concepto deficiente de sí mismo, careciendo de capacidades y recursos para enfrentar nuevas tareas, estos en general obtienen pobres logros y no son capaces de enfrentar nuevas metas. (Turner Martí, Lidia. 2007: 20)

Lo anterior confirma que, la autoestima se forma como resultado del proceso de satisfacción o frustración de las necesidades humanas a través de la vida. Así, la autoestima mejora cuando se satisfacen estas necesidades o se empeora cuando se frustran. Estas necesidades humanas determinan las vías para el desarrollo y mejoramiento de la autoestima. Es ella la base de todo crecimiento personal y social, da la seguridad de sí mismo al estudiante y la confianza en sus propios recursos. Es pertinente por tanto, que la escuela cubana, y en particular la Secundaria Básica, esté preparada para enfrentar el reto de fortalecer la autoestima de los estudiantes como parte importante de su personalidad, desarrollando las potencialidades de cada uno y contribuyendo al logro de una cultura general integral, la que se propone alcanzar para toda la sociedad.

1.3. El fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

En la educación de los adolescentes, las experiencias en el desarrollo personal surgen como consecuencia de la realización de actividades que despierten su interés, en ellas realizan acciones de acuerdo con su edad y en correspondencia con su actuar cotidiano, asimilando conocimientos, normas de conducta social y cualidades personales, las que constituyen sólidas raíces entrelazadas sobre las que puede

desarrollarse la personalidad que se desea conformar, de acuerdo con la sociedad en la que crece y a la cual debe dar su aporte como ciudadano capaz de desarrollarla, perfeccionarla y transformarla.

Las relaciones de comunicación que se comienzan a establecer en esta edad desempeñan también un papel fundamental en el desarrollo personal de los estudiantes, a través de las actividades grupales se logra la influencia educativa que se propone la escuela. La comunicación que se establece con las valoraciones mutuas que surgen, los afectos entre los miembros del grupo, propician que la autoestima y las autoexigencias se conviertan en algo importante para ellos. En consecuencia, la autovaloración del cumplimiento de sus tareas puede convertirse en una fuerza movilizadora de su educación.

La realización de actividades, estratégicamente encaminadas a la formación integral de la personalidad, permite desarrollar sentimientos, emociones positivas y vivencias además, se logra el reforzamiento y la orientación de la conducta a través de la interacción con el medio donde se entrelaza lo afectivo y lo cognitivo. Si las actividades para la formación de cualidades positivas de la personalidad y en particular para el fortalecimiento de la autoestima, se acompañan de satisfacción y bienestar emocional, el estudiante se interesará cada vez más por participar en ellas y pasarán a formar parte del sistema regulador de su conducta.

Comúnmente los estudiantes con peor rendimiento académico tienen una pobre confianza en sí mismos, como resultante de este y una débil motivación para conseguir metas que exijan una planificación previa y una regulación sostenida de la actividad intelectual. Estas actitudes a su vez agudizan los problemas del rendimiento escolar, lo que contribuye a reforzar la baja estimación de sí mismo, la falta de compromisos y la apatía por las actividades docentes.

Es evidente que la autoestima influye considerablemente en el desarrollo personal, en el rendimiento escolar, en la motivación para realizar las actividades, en la relación social y en el contacto afectivo del estudiante consigo mismo. Cada vez que se establece una relación, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen del estudiante. De este modo, la interacción con sus

compañeros y con el profesor va teniendo repercusión en el sentimiento de confianza en sí mismo, es decir, se siente que lo hacen bien o mal.

Si el estudiante percibe que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, va a proyectar formas de establecer relaciones, interiorizará en forma casi automática este tipo de interacciones. Se puede apreciar que existe una relación circular; si tiene una autoestima alta se comportará en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitará el trabajo escolar. Por lo tanto el profesor positivamente será estimulante y entregará retroalimentación positiva; lo que hará que se comporte mejor, y así sucesivamente generándose un círculo virtuoso. Si su autoestima es baja se pondrá agresivo irritable, poco cooperador, poco responsable. Con esta situación es altamente probable que el profesor tienda a asumir una postura más crítica y rechazante frente al estudiante, quien a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose así un círculo vicioso.

La autoestima es una condición que se adquiere, es decir, se aprende, se va desarrollando en la medida que la persona va creciendo y se va relacionando. Es una valoración que el individuo se hace de sí mismo en cuanto a habilidades, virtudes, defectos y manera de ser. Son muchos los responsables de que existan personas que se autocritiquen demasiado, con exceso, que no se acepten tal como son; se culpen y reprochen constantemente su comportamiento. Llegan a habituarse tanto a este proceder que terminan autodestruyéndose; además son manejables, se dejan guiar con facilidad por otros, quienes piensan y deciden por ellos, lo cual resulta riesgoso, no solo desde el punto de vista individual, sino desde el punto de vista cognitivo y social, porque frena su desarrollo personal.

Son diversos los motivos que pueden provocar en un estudiante un nivel bajo de autoestima, frenando así su crecimiento personal:

- Una educación autoritaria, en la que todo se piensa por otra persona y este debe obedecer.
- Un medio en el que no se estimula la creatividad ni el “si se puede” o, al menos, se hace lo posible por poder.

- Una pobre o nula participación social, especialmente en las actividades de la escuela.
- No tener en cuenta la opinión de los que integran su grupo, es decir, lo que piensan y creen los demás

Se considera a alguien con baja autoestima cuando tiene gran tolerancia a las críticas destructivas, y justifica los maltratos que recibe; se descuida significativamente de sus deseos, estudios, sus proyectos y hasta de su salud. También experimenta mucha dificultad para poner límites; tolera y acepta las relaciones acompañadas de desafecto, maltrato y abuso; y llega a acostumbrarse a las opiniones y criterios negativos de los demás. Con frecuencia deja que otra persona piense y decida por él o ella, ya por comodidad o por no buscarse problemas.

Por el contrario, cuando se tiene un nivel de autoestima elevada, el estudiante se siente bien como es y con lo que hace. Aprende a valorarse, es capaz de dar y recibir un mejor trato; aumentando la confianza en sí mismos porque cree en sus aptitudes; es más creativo y más autónomo. Igualmente logra que se valoren sus juicios y opiniones, y tiene una proyección futura garantizada. Esto le posibilita poder decir NO, cuando lo considera oportuno o si le proponen algo que no le conviene, le daña o lastima a los demás.

El estudiante realiza una valoración global acerca de sí mismo, que puede traducirse en una percepción de ser querido, valioso y estar contento de ser como es; o por el contrario, un sentimiento de ser poco valioso, no querido y por lo tanto, un sentimiento negativo y de no aceptación respecto a sí mismo. Existen también otras dimensiones o áreas específicas de la autoestima las que son muy significativas en la edad escolar y que son esenciales para el logro de un desarrollo personal fundamentalmente en los estudiantes del nivel secundario, ellas son:

➤ DIMENSIÓN FÍSICA

Se refiere en ambos sexos, al hecho de sentirse atractivo físicamente. Incluye también, en los adolescentes, el sentirse fuerte y capaz de defenderse; y en las adolescentes, el sentirse armoniosa y coordinada.

➤ DIMENSIÓN SOCIAL

Incluye el sentimiento de sentirse aceptado o rechazado por los iguales y el sentimiento de pertenencia, es decir, el sentirse parte de un grupo. También se relaciona con el hecho de sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales; por ejemplo, ser capaz de tomar la iniciativa, ser capaz de relacionarse con personas del sexo opuesto y solucionar conflictos interpersonales con facilidad. Finalmente, también incluye el sentido de solidaridad.

➤ DIMENSIÓN AFECTIVA

Está muy relacionada con la anterior, pero se refiere a la autopercepción de características de personalidad, como sentirse:

- Simpático o antipático
- Estable o inestable
- Valiente o temeroso
- Tranquilo o inquieto
- De buen o mal carácter
- Generoso o tacaño
- Equilibrado o desequilibrado

➤ DIMENSIÓN ACADÉMICA

Se refiere a la autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias escolares. Incluye también la autovaloración de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo y constante, desde el punto de vista intelectual.

➤ DIMENSIÓN ÉTICA.

Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable o, por el contrario, mala y poco confiable. También incluye atributos como sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo. La dimensión ética depende de la forma en que el niño interioriza los valores y las normas, y de cómo se ha sentido frente a los adultos cuando las ha transgredido o ha sido sancionado. Si se ha sentido cuestionado en su identidad cuando ha actuado mal, su autoestima se verá distorsionada en el aspecto ético. El compartir valores refuerza y mantiene la cohesión de un grupo y es muy importante en el desarrollo de la pertenencia, que es una de las variables más significativas para la valoración personal.

La baja autoestima puede expresarse de diferentes maneras dependiendo de la personalidad, de sus experiencias vitales y de los modelos de identificación a los que ha estado expuesto. Algunas de las actitudes y conductas más frecuentes de los estudiantes con problemas de autoestima son las siguientes:

❖ ACTITUD EXCESIVAMENTE QUEJUMBROSA Y CRÍTICA

Esta actitud es una forma de expresar una sensación de descontento, porque las cosas no les resultan como ellos se merecen o esperaban y la sensación de no ser suficientemente valorados por las otras personas. A través de sus quejas y críticas buscan la atención y la simpatía de los otros, pero pueden llegar a ser rechazados porque los demás se aburren de sus constantes quejas o consideran injustos sus reclamos. Esta actitud del ambiente viene a confirmar en ellos la idea de que nadie los comprende y asumen una posición de víctimas.

❖ NECESIDAD COMPULSIVA DE LLAMAR LA ATENCIÓN

Son estudiantes que están constantemente demandando que los atiendan, como una manera de lograr que los demás les confirmen que son importantes. Suelen interrumpir, muchas veces de manera desatinada, inapropiada, para que los demás se fijen en lo que están haciendo o pensando. Normalmente no tiene éxito y reciben respuestas

negativas. Así, su necesidad de aprobación queda insatisfecha, lo que exagera la actitud demandante.

❖ NECESIDAD IMPERIOSA DE GANAR

Se frustran y se ofuscan en forma desproporcionada si pierden. Creen que para ser queridos deben lograr ser siempre los primeros y hacerlo siempre mejor que los demás. Sólo están satisfechos cuando logran ser los mejores. En los juegos, no pueden asumir una actitud relajada y de diversión, ya que el perder es vivido como una catástrofe. Lo mismo les sucede en todas las situaciones que involucran competencia y les cuesta entender por qué los demás rechazan sus actitudes triunfalistas. Son malos perdedores, porque no aceptan la derrota; y malos ganadores, porque hacen una ostentación exagerada de sus éxitos.

❖ ACTITUD INHIBIDA Y POCO SOCIABLE

En la medida en que se valoran poco, tienen mucho temor a autoexponerse. Imaginan que son aburridos para los otros; por esta razón no se atreven a tomar la iniciativa creyendo que podrían ser rechazados. Tienen mucha dificultad para hacer amigos íntimos. Aunque no son rechazados, tampoco son populares, ya que como responden en forma poca activa a las demandas de los demás, sus compañeros tienden, inconscientemente a ignorarlos y a buscar para sus juegos y actividades a niños que tengan una actitud más participativa y entusiasta.

❖ TEMOR EXCESIVO A EQUIVOCARSE.

Son personas que están convencidas de que cometer una equivocación equivale a una catástrofe; por esa razón se arriesgan poco o nada. El temor a no tener éxito los paraliza. Prefieren decir "no sé", cuando se les pregunta algo, si no están completamente seguros de la respuesta. Con frecuencia presentan ansiedad frente a las exigencias escolares y en ocasiones pueden, incluso, presentar bloqueo o sensación de pizarra en blanco frente a pruebas y exámenes.

❖ ACTITUD INSEGURA.

Son estudiantes que confían poco en sí mismo. Presentan gran inseguridad para auto exponerse: por ejemplo, tienen temor a hablar en público y un marcado sentido del ridículo. Esta actitud frena su creatividad, ya que prefieren hacer solo aquello que están seguros de hacer bien. A pesar que muchas veces tienen gran capacidad y dedican mucho tiempo y energía a su trabajo, les falta originalidad, por el temor a errar y a probar nuevas experiencias limita sus posibilidades inhibitorias.

❖ ÁNIMO TRISTE.

A veces aparecen como muy tranquilos, que no dan problemas al profesor, pero si se les observa con cuidado, muestran un sentimiento general de tristeza, sonrían con dificultad, las actividades que se les proponen no los motivan y, aunque pueden realizarlas, resulta evidente que no se ilusionan con ellas como sus otros compañeros. Son estudiantes a los que les falta espontaneidad y que aparecen como poco vitales en relación a sus compañeros. En la medida en que no molestan, sus dificultades son percibidas tardíamente, por lo que muchas veces, no se les da ayuda en forma oportuna. No pelean por su espacio y, en una actitud resignada, acepta el lugar que se les asigna. Hay que tener presente que ellos necesitan más que otros que se les reconozcan sus habilidades.

❖ ACTITUD PERFECCIONISTA

Rara vez están contentos con lo que hacen. A diferencia de sus compañeros, que están orgullosos de sus trabajos y quieren mostrarlos, se muestran inconformes con lo realizado y con frecuencia muestran una marcada resistencia a permitir que los demás vean lo que han hecho.

La mayoría de ellos, en su afán de corregir y mejorar lo que están haciendo, resultan muy poco productivos. Les cuesta discriminar qué es importante y que no es, por lo que gastan la misma energía en cosas accesorias que en cosas importantes, dejando de hacer, en ocasiones, tareas fundamentales. Sus padres y profesores suelen quejarse

de que, aunque sus trabajos son de una buena calidad, son muy lentos y no alcanzan a terminarlos.

❖ ACTITUD DESAFIANTE Y AGRESIVA

Probablemente esta es la conducta más difícil de percibir como problema de baja autoestima, ya que los estudiantes desafiantes aparecen como sobre seguros. Buscan recibir atención de manera inapropiada. En muchas ocasiones, la mayoría de las personas encubren su frustración y tristeza con sentimientos de rabia. El temor a la falta de aprobación lo compensan transformando su inseguridad en la conducta opuesta, es decir, en una conducta agresiva. Cuando un estudiante tiene una actitud desafiante y agresiva, la mayoría de los adultos reacciona negativamente frente a él. En una actitud de defensa, no demuestra su tristeza, por lo que a los adultos les resulta difícil conectarse con su sufrimiento, haciéndolo, en cambio, con su agresión. Se genera así un círculo vicioso en la relación interpersonal. Frente a cada nueva interacción, se pone a la defensiva y tiende a desarrollar, en forma automática, un patrón de comportamiento defensivo-agresivo, frente al que el profesor también reacciona con rechazo y agresión. El pronóstico de estos estudiantes suele ser malo, porque es necesario ser muy tolerante y sabio con ellos para trascender a estos comportamientos y no caer en técnicas represivas, ya que estas conductas negativas tienden a menoscabar la autoridad del profesor.

❖ ACTITUD DERROTISTA.

Son estudiantes que por su historia de fracasos tienden a imaginar que ante cualquier tarea que deban enfrentar los resultados van a ser deficientes, por lo que muchas veces ni siquiera la inician. Se autoperciben a sí mismos como fracasados. Muchas veces son descritos por los adultos como flojos, pero la verdad es que detrás de esta flojera está el temor a que a pesar del esfuerzo realizado, los resultados serán insuficientes; como alguna vez lo verbalizó un estudiante: "prefiero pasar por flojo que por tonto". Con

frecuencia presentan alguna dificultad específica de aprendizaje que ha contribuido a generar esta actitud derrotista.

❖ NECESIDAD COMPULSIVA DE APROBACIÓN.

Son estudiantes que quisieran ser constantemente aprobados por todos. Necesitan reconocimiento por cada logro y están buscando permanentemente la atención de los adultos, dependiendo de ellos para su valoración personal. Detrás de esta necesidad de aprobación hay una inseguridad muy grande, falta de confianza en sus propias capacidades y un temor muy marcado a mirarse a sí mismos, a enfrentar sus sentimientos y a autoevaluarse.

Para cualquier labor que se decida realizar es significativo tener una buena disposición; así mismo conservar un buen estado de ánimo, pues ello es imprescindible para obtener éxito en cualquier tarea que se emprenda.

Para desarrollar la autoestima, también es importante controlar los temores, las tensiones, los cambios que generan ansiedad, tratando de convertir las crisis en oportunidades, es decir, en la búsqueda de alternativas para solucionar las dificultades que se enfrentan. Confiar un sí mismo es muestra de una adecuada autoestima. Esta confianza favorecerá el establecimiento de relaciones con los demás e incluso a lo que de positivo aportará cada una de estas relaciones. En este sentido, favorecerá a la autoestima una comunicación clara, abierta y respetuosa donde la voluntad de las buenas intenciones, o dicho de otra manera, la forma de expresarse, no dañe el diálogo, sino por el contrario lo estimule, incluso, en el trato con "personas difíciles".

Es trascendental lograr que el estudiante preste atención a lo que es útil en relación con las cosas que no lo son; que reconozca quién es y cuáles son las habilidades y capacidades que lo caracterizan, tanto las positivas –para aprovecharlas– como las negativas –para evitarlas o eliminarlas– y así alcanzar los objetivos que se proponga en su vida y un adecuado desarrollo personal.

CAPÍTULO 2. ACTIVIDADES PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES SÉPTIMO GRADO.

2.1. Análisis de los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial.

El presente epígrafe tiene como propósito caracterizar inicialmente el problema científico objeto de estudio, a partir de los resultados obtenidos en la aplicación de instrumentos que permitieron conocer en detalles, las causas y efectos que provocan los problemas en la autoestima para el desarrollo integral de la personalidad de los estudiantes de séptimo grado.

El diagnóstico se realizó en la ESBU “Mártires de la Familia Romero” en el municipio de Fomento. Entre los instrumentos aplicados en un primer momento se encuentra la **observación** dirigida a comprobar el desempeño de los estudiantes con dificultades en su autoestima durante el desarrollo de la clase. **(Anexo 1)**. Con la aplicación de este instrumento se pudo obtener información primaria acerca de las características particulares de los adolescentes con esta dificultad y su comportamiento en el desarrollo del proceso docente educativo.

Como se evidencia en la tabla y gráfico que aparecen en el **(Anexo 2)** correspondiente al instrumento aplicado, se pudo apreciar que 8 integrantes de la muestra tienen dificultad para trabajar de forma independiente en las actividades que se orientan. No son capaces de responder con coherencia y fluidez las preguntas orales 10 estudiantes. No participan de manera espontánea en las actividades propuestas 11 estudiantes. En el trabajo en parejas o en equipos no son capaces de llevar el papel protagónico 10 educandos y 8 no son capaces de realizar actividades con rigor en el nivel de desempeño. Estos resultados corroboraron que un por ciento elevado de la muestra presenta dificultades para desempeñarse correctamente durante el desarrollo de la clase u otras actividades, evidenciadas en el contexto del proceso docente educativo.

Buscando más evidencias probatorias del problema detectado, se empleó otro instrumento: la **entrevista (Anexo 3)** mediante la cual se obtuvo información más amplia, abierta y directa; en este caso se realizó de forma oral, a través de una conversación planificada. La misma tuvo como objetivo constatar las principales causas

que provocan una autoestima baja en los estudiantes; así como los efectos que esto provoca en ellos. En la entrevista realizada se obtuvieron los siguientes resultados:

Aspecto # 1: Existen adolescentes que desestiman sus cualidades y se califican de torpes o brutos cuando no pueden solucionar un problema que otro de sus compañeros resuelve con facilidad, con esta dificultad se detectaron 8 estudiantes, lo que representa el 53,3% de la muestra.

Aspecto # 2: La realización de actividades con cierto nivel de complejidad provoca inseguridad e indecisión a la hora de enfrentarla, en este aspecto se detectaron 10 educandos que representan el 66,7%.

Aspecto # 3 Un tema importante en el desarrollo de la personalidad y en la integración sociopsicológica de los estudiantes, lo es la participación en las actividades, aprovechando las potencialidades individuales de cada uno; esta es otra de las dificultades detectadas en 11 estudiantes, lo cual representa el 73,3% de la muestra.

Aspecto # 4: El fracaso en la realización de una actividad o tarea encomendada provoca el desánimo, la duda e incertidumbre para enfrentar nuevas situaciones; en este aspecto se detectaron 9 educandos que representan el 60 %.

Aspecto # 5: La solidaridad es un valor que deben desarrollar los estudiantes, tanto de prestar ayuda al que lo necesite, como ser capaz de recibirla y es precisamente esta una de las dificultades detectadas en el instrumento aplicado, conociéndose que 8 de los muestreados no son capaces de buscar ayuda cuando la necesitan, porque sienten temor a ser rechazados o que les nieguen su petición, ellos representan el 53,3%.

Lo anterior es el reflejo de la situación que se encuentra en el componente objeto de investigación, determinada por dificultades en la personalidad de estos estudiantes, la que se encuentra afectada por un nivel bajo de autoestima, por lo que se hizo necesaria la aplicación de actividades que permitan al estudiante, realizar un análisis reflexivo que contribuya a conocerse y estimarse mejor, a saber cuáles son sus debilidades para poder superarlas, a valorar sus potencialidades, en tal sentido puede mencionarse las habilidades en las artes plásticas y escénicas, aplicarlas y por tanto fortalecer su autoestima.

2.2. Elementos preliminares de las actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

Las actividades diseñadas, se sustentan filosóficamente en los fundamentos del materialismo dialéctico, teoría que reconoce a la práctica como el criterio de la verdad y a la actividad como elemento básico para la transformación de la realidad social, además se sostienen pedagógicamente en el rico acervo cultural, pedagógico y revolucionario cubano, y en los principios fundamentales de la educación cubana como el principio del carácter masivo y con equidad de la educación, el principio de la coeducación y muy especialmente la escuela abierta a la diversidad, que entre otros aspectos implica la comprensión de los valores individuales de los estudiantes, con énfasis en su autoestima, para que su asunción se traduzca en la formación de seres humanos cultos, inteligentes, sensibles, capaces de respetar al otro, y confiar en las potencialidades individuales para enfrentar retos y desafíos en la vida personal y escolar.

Por su demostrada efectividad para asegurar el desarrollo de las potencialidades humanas esta investigación, se acoge a los criterios básicos del enfoque histórico - cultural de Vigotsky, que entre otros aspectos cardinales plantea que, la actividad humana transcurre en un medio social, en activa interacción con otras personas, a través de variadas formas de colaboración y comunicación, por lo que tiene carácter social; aquí radica uno de sus aportes más importantes.

También Vigotsky define una dinámica acerca de la construcción de los conocimientos, que en realidad va a estar presente en todo el desarrollo evolutivo del sujeto: "...en el desarrollo cultural del niño, toda función aparece dos veces: primero a nivel social y más tarde a nivel individual; primero entre personas (interpsicológica) y después, en el interior del propio niño (intrapsicológica)." (1964: 38)

De lo anterior, se infiere que el adulto transfiere al estudiante un conjunto de instrumentos físicos y psicológicos (expectativas, destrezas, actitudes), adquiridos en un contexto social, histórico y cultural. Y esta es la característica esencial, que, según Vigotsky, distingue a los seres humanos, es decir, el modo en que se cambian y

realizan a través de la transmisión social de valores y actitudes y aptitudes que le permitan aprender a convivir en sociedad y alcanzar las competencias básicas que le faciliten estar a la altura de su tiempo, entre ellas ocupa un sitio especial la autoestima, que se erige como un pilar básico en tal demanda.

Disímiles son las vías que la escuela puede utilizar para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes, entre ellas se destacan por su impacto positivo las siguientes.

- **La clase:** esta ha constituido una vía esencial para el reconocimiento de las potencialidades y limitaciones que presentan en la autoestima los estudiantes. Numerosos ejemplos han demostrado, a lo largo de la historia, cómo a partir de la clase pueden fomentarse valores y sentimientos de aprecio hacia sí mismo y posibilidades individuales.
- **Confección de un decálogo o plegable** que contenga un resumen de las acciones cotidianas en el aula y fuera de ella para fortalecer la autoestima en los estudiantes de este nivel educativo. Este material puede ser elaborado por el profesor y los estudiantes, a partir del desarrollo de su labor investigativa. El material de apoyo **(Anexo 8)** a la labor docente-educativa debe ser colocado en la biblioteca escolar como fuente de consulta de profesores y estudiantes para orientar o desarrollar tareas de estudio independiente en función de la docencia o de las actividades de los turnos de debate y reflexión. En este caso hay que elaborar una guía para los estudiantes, que los oriente en las acciones a realizar para alcanzar el éxito esperado en las actividades para fortalecer la autoestima.
- **Los matutinos**, que cotidianamente se realizan en el aula o en la plaza de la escuela pueden constituir espacios ideales para presentar las experiencias obtenidas en la realización de actividades por parte de los estudiantes, elevando el efecto multiplicador de estas.

- **Los turnos de debate y reflexión**, en los que se inserta el Programa de Formación de Valores, que se incluyen dentro del horario docente ofrecen el marco ideal para insertar las actividades.
- **Excursiones, acampadas o recorridos fuera de la escuela**, en ellos el profesor puede experimentar con sus estudiantes al ponerlos en determinadas situaciones, que demanden una autoestima alta y constatar insitu el comportamiento grupal e individual y le puede servir de medidor de la labor investigativa que realiza y corregir el rumbo de ser preciso.

Características de las actividades diseñadas.

- Favorecen el intercambio directo entre los estudiantes.
- Permiten la orientación de tareas y actividades para poner a los estudiantes en situaciones que exigen poner a prueba su autoestima.
- Posibilitan la recogida de puntos de vista y valoraciones de los estudiantes en relación con la autoestima.
- Permiten apreciar las transformaciones en la conducta, especialmente de la autoestima de los estudiantes.
- Ofrecen la posibilidad de evaluar el conocimiento de los estudiantes acerca de la autoestima y la contribución de esta a las relaciones interpersonales y a la formación integral de la personalidad.

Recomendaciones para el control.

De vital significación resulta el control de lo logrado en cada etapa del curso y al final del mismo. Dentro de los métodos principales no debe faltar la observación de los modos de actuación de los estudiantes en cada una de las actividades que se realicen, tanto en el aula como fuera de ella y el análisis de los frutos de la actividad. También son muy útiles las entrevistas y los métodos sociométricos, entre otros.

Es necesario controlar, además, motivaciones, preocupaciones, intereses, metas y propósitos, expectativas y aspiraciones, sentimientos, creencias y convicciones,

actitudes y actuaciones. Lo más revelador es la actuación que deviene indicador fundamental, analizado en diversas etapas de la trayectoria personal. Además es necesario incluir el autocontrol y la autovaloración, tanto a nivel de grupo como individualmente.

Determinantes son los instrumentos que se usaron para el diagnóstico, ya que permiten constatar las diferencias que se van produciendo, tanto en el plano individual como grupal. A estos se les pueden introducir los cambios que las circunstancias demanden.

2.3. Presentación de las actividades para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

Actividad # 1

Título. La autoestima: una cualidad que enaltece.

Objetivo: Definir el término autoestima, así como las causas y manifestaciones que puede presentar un individuo con baja autoestima.

Orientaciones metodológicas: la actividad se realizará en un turno de reflexión y debate.

Tipo de actividad: dramatizada.

Tiempo de duración: 45 minutos

Lugar: el aula, plaza de la escuela o cualquier otra área que se prepare.

Medios de enseñanza y auxiliares: estudiantes (dramatización) y plegable

Procedimiento: con la colaboración del instructor de arte, se prepara una breve dramatización en la que se represente un niño tímido, con conflictos familiares, que no le guste participar en ninguna actividad, ni relacionarse con sus compañeros.

A partir de esta representación, se entrega el plegable (**Anexo 8**) donde aparecen aspectos relacionados con la autoestima, sus componentes básicos y cómo puede influir la autoestima en el desarrollo integral de la personalidad y en las relaciones interpersonales.

Se da lectura al plegable y se propicia el debate, a partir de lo observado en la representación teatral.

¿Consideran que el niño tenía una autoestima adecuada? ¿Por qué?

¿Cuáles eran las principales manifestaciones que presentaba el niño?

¿Cree usted que su familia con la forma incorrecta de actuar influya en su comportamiento? Argumente.

¿Si estuvieras en su lugar cómo tratarías de resolver el problema?

Con cada pregunta, se propicia el debate aprovechando para enfatizar en la importancia de una adecuada autoestima para lograr adecuadas relaciones interpersonales y una formación integral de la personalidad.

Actividad # 2

Título. Cosas alegres y tristes.

Objetivo: Ilustrar a través de dibujos diversas vivencias afectivas, contribuyendo con su análisis al fortalecimiento de la autoestima a partir del conocimiento de sí mismo.

Tiempo de duración: 45 minutos.

Tipo de actividad: educativa

Lugar: el aula; la actividad se realizará en un turno de Educación Artística, con el apoyo del instructor de arte en la especialidad de plástica.

Medios de enseñanza o auxiliares: papel o cartulinas, crayolas, acuarelas u otro material de dibujo.

Procedimiento:

Se orienta realizar el dibujo de una cara, en la que se expresen diferentes vivencias afectivas: dolor, tristeza, ansiedad, apatía, ira, duda, inseguridad, miedo, etc.

Transcurrido el tiempo de realización del dibujo, se solicita a cada estudiante que muestre su dibujo y que exponga si este se corresponde o no con su personalidad o que se identifique cuál de los dibujos ya presentados es representativo de su personalidad. Cada estudiante expondrá al grupo cómo es, por qué y cómo le gustaría ser. Se comenta lo expresado por cada uno pidiendo, al resto de los estudiantes, su

opinión sobre lo expresado por él y cómo mejorar su comportamiento en caso de ser negativo.

Actividad # 3

Título. El juego de la autoestima.

Objetivo: Valorar qué elementos pueden afectar en mayor o menor grado la autoestima y cómo influye esto en la personalidad del individuo.

Tipo de actividad: educativa

Tiempo de duración: 30 ó 40 minutos

Lugar: el aula, la plaza de la escuela o cualquier otra área previamente preparada.

Medios de enseñanza y auxiliares: hoja de papel.

Recordar el concepto de "autoestima", explicar que autoestima es la forma en que una persona se siente con respecto a sí mismo, y que la autoestima está en estrecha relación con la satisfacción que tenemos hacia nuestro comportamiento y cómo nos aprecian los demás, en ella influye nuestra familia y el medio en que nos desarrollamos. Cada día enfrentamos situaciones que afectan la forma en que nos sentimos con respecto a nosotros mismos. Ejemplo, (puede ejemplificarse con una situación resiente del aula o de la vida cotidiana)

- Entregar una hoja de papel a cada uno, explicándole que esta representa su autoestima. Explicar que leeremos una lista de sucesos que pueden pasar durante el día y que le hacen daño a nuestra autoestima.

- Decir que cada vez que se lea una frase, arrancarán un pedazo de la hoja, y que el tamaño del pedazo de la hoja que quiten significa más o menos la porción de su autoestima que este suceso le quitaría. Ejemplificar, después de leer una frase.

(Se leerán las frases que quitan la autoestima).

- Explicar que a continuación van a recuperar la autoestima. Dígale que reconstituirán su autoestima por pedazos en la misma forma que se la quitaron.

- Comentar los puntos de discusión:

¿Todos recuperan su autoestima?

¿Cuál fue el suceso que más quitó de tu autoestima? ¿Por qué?

¿Cuál fue el que menos dañó tú autoestima?

¿Cuál fue el suceso más importante para recuperar la autoestima?

¿Qué podemos hacer para ayudar a nuestros amigos cuando la autoestima está baja?

¿Qué podemos hacer para defender nuestra autoestima cuando nos sentimos atacados?

Acciones opcionales:

* Pedir que hagan una lista de los sucesos que mejoran su autoestima. (Durante un día).

* Pedir que hagan una lista de los sucesos que quitaran su autoestima y cómo podrían controlar el daño que les causan.

Sucesos que pueden quitar la autoestima:

Imagina que en la última semana te ha pasado lo siguiente:

1. Los profesores criticaron tu trabajo de forma incorrecta.
2. Un grupo de amigos cercanos no te incluyó en una actividad
3. Uno de tus padres te criticó y te llamó malcriado.
4. Un amigo reveló un secreto que tú le dijiste en confianza.
5. Una pelea con tu pareja que no ha terminado.
6. Algún rumor que surgió sobre tu "reputación"
7. Tu novia(o) te dejó por otro(a).
8. Un grupo de amigos se burló de ti por tu forma de peinado y la ropa que llevas puestas.
9. Tu equipo favorito de pelota perdió un juego muy importante.
10. Una muchacha(o) que te cae bien rechazó tu invitación para salir.

Recuperar la autoestima:

En la última semana, imagina que te ha pasado lo siguiente:

1. Algún compañero te pidió consejos sobre un asunto delicado.
2. Una muchacha(o) que te gusta te invitó a salir.
3. Tu mamá o tu papá te dijo de repente que te quiere mucho y están orgullosos de ti.
4. Recibiste una carta o llamada de un antiguo amigo.
5. Sacaste buenas notas en un examen.
6. Tu novia(o) te mandó una carta de amor.
7. Tus amigos dijeron que les encanta tu ropa y peinado

Actividad # 4

Título. La Lámpara de Aladino

Objetivo: Analizar las motivaciones, aspiraciones y el grado de compromiso individual y colectivo, a partir del conocimiento personal, contribuyendo al fortalecimiento de la autoestima.

Tipo de actividad: educativa.

Tiempo de duración: 45 minutos

Lugar: el aula, la plaza de la escuela o cualquier otra área previamente preparada.

Medios de enseñanza y auxiliares: un objeto que simule una lámpara como la de Aladino.

Procedimiento:

Se solicita al grupo que se ubique en un círculo para recordar el cuento de Aladino y su Lámpara Maravillosa.

Se divide el grupo en tres equipos, con una lamparita llamativa se pide a cada participante que al frotarla tres veces solicite tres deseos: uno para sí mismo, otro para su familia y otro para su destacamento.

En cada equipo se analizan los deseos personales, familiares y sociales, las motivaciones y aspiraciones y el grado de compromiso de cada uno consigo mismo y con los demás.

Los equipos exponen y se realiza un debate.

Actividad # 5.

Título. Las comparaciones son odiosas.

Objetivo: Valorar las cualidades y potencialidades de cada individuo, así como la influencia de una adecuada autoestima para el logro de una formación integral de la personalidad.

Lugar: se sugiere realizarla en un turno de biblioteca, solicitando la colaboración de este personal especializado en el desarrollo de la actividad.

Guía didáctica.

Se proyectará el Cassette # 1 de "La aventura de la Vida": un genio en apuro.

No se trata únicamente de presentar un video, se trata de crear un ambiente propicio para que los estudiantes sientan deseos de conversar sobre la situación que observarán u otras parecidas a las que han experimentado los protagonistas. Como toda buena conversación se espera que surja espontáneamente, es probable que cada estudiante interprete a su manera lo que observe en el video, pero lo importante es que la conversación fluya, no que todas las personas piensen lo mismo.

Todos ganan.

La realización de esta actividad es una oportunidad para que los estudiantes descubran, si no se han dado cuenta, que el profesor no es uno de esos serios y regañones, sino una persona que se hace querer, que inspira confianza, que sabe decir "me equivoqué", "no sé", "voy a investigar", que se ríe, y sobre todo, que se le nota que disfruta lo que hace. Se ganará una mejor relación con los alumnos y la respectiva gratificación que ello genera.

- **Calentando los motores:** antes de presentar el video, se organizarán tres grupos de 5 estudiantes, se les pide que busquen mochilas iguales, cuatro monedas iguales, tres lápices iguales y dos libros iguales. Por último se invitan a buscar dos personas iguales. ¿Por qué no existen dos personas iguales, incluso aunque sea gemelos? Escuchar criterios.

Después se pone a rodar el capítulo 1 de "*La aventura de la vida*"

- **Visionaje:** duración 18:51

- **Actividad sugerida:**

La frase del día: ***Las comparaciones son odiosas.***

Después del visionaje se escribe la frase del día en el pizarrón, se realizan algunas preguntas propiciando el debate:

¿Alguno de ustedes ha sido víctima de una comparación odiosa? Se escuchan las historias de todo el que desee contarla, tratando de sacar conclusiones de cada una. Es importante lograr que la conversación sea productiva.

Se pide que piensen cuál es la mayor habilidad de Bart Simpson (niño del video) y cuál su mayor debilidad. Se da un tiempo para que piensen y respondan varios estudiantes. Seguidamente se les da dos minutos para que cada uno escriba en una hoja su principal habilidad y debilidad. Cada uno deberá leer lo que escribió y hacer un comentario corto al respecto.

Actividad # 6

Título. Entrenando y aprendiendo.

Objetivo: Aplicar los conocimientos adquiridos sobre autoestima a la solución de ejercicios vinculados con la asignatura Español, a través de la computación.

Tipo de actividad: cognoscitiva

Tiempo de duración: 45 minutos

Lugar: laboratorio de computación.

Medios de enseñanza y auxiliares: software “La Biblioteca virtual” o una hoja de trabajo con la actividad.

Procedimiento: Acceder al software “La Biblioteca virtual” y buscar el texto: “*La autoestima*”, leerlo detenidamente y responder las preguntas que allí aparecen.

Texto:

La autoestima es un conjunto de sentimientos hacia uno mismo, relacionado con la aceptación o el rechazo que cada uno de nosotros sentimos hacia las cualidades, características y habilidades que tenemos. Todos nos valoramos, analizamos cómo

somos y de qué manera actuamos. La autoestima tiene que ver con que estemos satisfechos con nosotros mismos, que apreciemos lo que tenemos de bueno, lo que hacemos bien. A lo largo de la vida se va modelando nuestra autoestima.

1. Marca con una X la respuesta correcta:

La forma elocutiva que predomina en el texto es:

a) ___ descripción b) ___ narración c) ___ exposición d) ___ diálogo

2. Escribe (V) verdadero, (F) falso o (?) no se dice, según lo que comunica el texto.

a) ___ La autoestima es la opinión que tenemos de las demás personas

b) ___ La autoestima baja provoca trastornos en tu personalidad.

c) ___ El que tiene una autoestima débil, está expuesto a las opiniones de los demás.

d) ___ Si tenemos confianza en nosotros mismos nuestra autoestima es positiva.

3. Explica brevemente el significado de la afirmación del inciso b)

Propiciar el debate de las respuestas dadas en cada pregunta.

Actividad # 7

Título. Virtudes.

Objetivo: Valorar las características personales, teniendo en cuenta las potencialidades, virtudes y cualidades positivas, contribuyendo a la integración grupal y al fortalecimiento de la autoestima.

Tiempo: 45 minutos.

Lugar: el aula, la plaza de la escuela o cualquier otra área previamente preparada.

Procedimiento:

Se realizará el trabajo en parejas, cada estudiante le dice a su compañero una virtud o aspecto positivo que haya observado en su persona.

Al final, se comenta acerca de la valía de los participantes, y de cómo valoramos y estimulamos a otra persona y una muy diferente, cómo nos valora a nosotros.

A continuación cada uno envía un mensaje a tres (previamente indicado), destacando virtudes, potencialidades y cualidades positivas que encuentra en ellos.

Los mensajes son anónimos.

Cada uno lee los mensajes recibidos, comentando cómo se han sentido.

Actividad # 8

Título. No hagas a otros lo que no quieres que te hagan a ti.

Objetivo: Reflexionar en las exigencias que se plantean a los demás y a sí mismos, contribuyendo al fortalecimiento de la autoestima.

Tiempo: 30 minutos.

Lugar: el aula, la plaza de la escuela o cualquier otra área previamente preparada.

Medios de enseñanza y auxiliares: tarjetas en blanco o papel

Procedimiento:

Se reparten tarjetas a los participantes.

Escribirán en ellas alguna orden que los otros deben cumplir. Se intercambian las tarjetas y cada uno recibe una orden.

Se debatirá en torno a:

Lo que se exige a los demás.

Lo que nos exigimos a nosotros mismos.

¿Cómo nos sentimos cuando ordenamos?

¿Cómo nos sentimos cuando nos ordenan?

¿Ordenamos hacer a otros lo que nos gustaría hacer a nosotros mismos?

Actividad # 9

Título. Ordenamiento de valores.

Objetivo: Identificar los aspectos que influyen en la personalidad a partir del ordenamiento de frases y del conocimiento de sus propios valores, contribuyendo al fortalecimiento de la autoestima.

Tiempo: 30 ó 40 minutos.

Tipo de actividad: educativa.

Lugar: el aula, en un turno de otras actividades.

Medios de enseñanza y auxiliares: hoja de trabajo.

Procedimiento:

- Entregar hoja de trabajo a cada uno y una hoja de papel en blanco.
- Explicar a los estudiantes que una forma de averiguar lo que se valora es verse obligado a decidir entre ciertas cosas y seleccionar lo más importante.
- Pedir que escriban en la hoja de papel en blanco "más importante" en la parte superior y "menos importante" en la parte inferior.
- Solicitar que revisen las frases y empiecen a ordenarlas hasta que tengan una lista con el valor más importante en la parte superior y el menos importante en la inferior.

Más importante -----

Menos importante -----

Sugerir que trabajen despacio y reflexionen cuidadosamente sobre cada frase. El orden debe mostrar lo que realmente piensan sobre cada frase.

HOJA DE TRABAJO

- Ser más independiente de mis padres (o no depender económicamente de ellos).
- Obtener buenas notas.
- Comprarme todas las cosas que deseo.
- Obedecer y llevarme bien con mis padres.
- Ser popular entre mis amigos.
- Tener buena salud toda mi vida.
- Ser disciplinado y querido por mis compañeros
- Comer bueno todos los días.
- Tener a la pareja que realmente amo.
- Tener mi casa propia.
- Ser bueno en el deporte.
- Tener una buena relación sexual con alguien que realmente amo.
- Conseguir un trabajo que realmente me guste.

Comentar puntos de discusión:

¿Fue más fácil elegir el valor más importante o el menos importante? ¿Por qué?

¿Hay valores en la lista en los que nunca antes habías pensado?

¿Aprendiste algo nuevo acerca de tus sentimientos hacia un valor en especial. ¿Cuál?

¿Estarías dispuesto a compartir tu lista de valores ya terminado con un amigo íntimo?

¿Una novia? ¿Por qué sí o por qué no?

Actividad 10

Título: “Siempre se puede crecer más...”

Objetivo: Aplicar los conocimientos adquiridos a la solución de ejercicios de Español a partir del comentario de ideas de un texto seleccionado, contribuyendo al fortalecimiento de la autoestima.

Tiempo: 45 minutos.

Lugar: el aula

Procedimiento: Se realizará en un turno de Español, en una clase de sistematización de la unidad 8.

Motivación: Por un instante, “fotografía” tu mundo interior y expresa oralmente qué es lo que más te agrada y te desagrada de ti. ¿Posees metas y aspiraciones que te incentiven a convertirte en una persona más integral? Menciona algunas de ellas.

Desarrollo.

Presentar texto impreso.

Si puedes conservar tu cabeza,
cuando a tu alrededor todos la pierden
y te cubren de reproches...

Si puedes tener confianza en ti mismo
cuando duden de ti los demás,
y comprender su duda...

Si puedes obligar a tu corazón,
a tu estima y a tus nervios
a que te obedezcan aun después de haber desfallecido,
y que así se mantengan
persistiendo en la voluntad...

Si todos pueden contar contigo,
en las alegrías
y en los sinsabores...

¡Levanta con orgullo tu alma
y tus virtudes!
¡Has crecido!

1.

- ✓ Lectura modelo.
- ✓ Lectura en silencio.
- ✓ Análisis superficial del vocabulario.

2. Actividades orales.

a) Contextualmente:

- La primera palabra subrayada puede ser sustituida por

__aliento __censura __desánimo __apoyo

- Ubica los vocablos señalados de la tercera estrofa en la siguiente posición.

A	B	C	D
↓	↓	↓	↓
alentado	cansado	detenerse	perseverar
_____	_____	_____	_____

- El último sustantivo destacado te sugiere:

__ triunfo __ derrota __ pesimismo __ gloria.

b) Completa según se pida:

- Se emplea el pronombre indefinido _____ para referirse a las demás personas que te rodean.

- A través de los pronombres personales: _____, _____, _____, se enfatiza en que sólo tú puedes convertirte en quien te propongas ser.

c) Resume a través de un sintagma nominal o de una oración exclamativa la impresión que ha causado el texto en ti.

Trabajo independiente.

1) Lee detenidamente las siguientes palabras martianas:

“Tengo fe en el mejoramiento humano, en la utilidad de la virtud.....” (Martí Pérez, José. 1990: 9)

a) ¿Se relaciona el mensaje de este texto con el inicial?

Expresa tu respuesta a través de un texto en prosa o en verso.

Conclusiones:

De los versos iniciales, ¿cuál te gustaría poner en práctica? ¿Por qué?

Tarea

Selecciona una de las actividades siguientes y realízala:

1. Describe a alguien que posee las cualidades que trasmite el texto analizado.
Utiliza adjetivos en diferentes grados de significación, distínguelos y explica su valor expresivo en la descripción.
2. Si pudieras conversa con tu alma, ¿qué le dirías? Emplea de los pronombres que ya conoces aquellos que más enriquecerían tu respuesta.
3. Si tuvieras que ponerle un título a los versos que utilizamos en la actividad; ¿cuál elegirías?, ¿por qué seleccionaste ese?

2.4. Validación de las actividades aplicadas para el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado.

Una vez aplicadas las primeras cinco actividades, se utilizó nuevamente uno de los instrumentos empleados en el diagnóstico inicial, la **observación**, para corroborar la efectividad de estas y su contribución al fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes con esta dificultad en el desarrollo de su personalidad.

Como se evidencia en la tabla y el gráfico que aparecen en el **(Anexo 4)** correspondiente al instrumento aplicado, después de realizadas las primeras cinco actividades, se pudo apreciar una mejoría en determinados parámetros medidos en este instrumento, en tal sentido se apreció que al trabajar de forma independiente en las actividades orientadas 11 integrantes de la muestra lo hacen sin dificultad, mientras que 4 aún no lo logran. En el segundo aspecto del instrumento, también se logró un ligero avance, pues 6 estudiantes son capaces de responder con coherencia y fluidez las preguntas orales. En el aspecto 3 se nota también una ligera evolución, pues dos estudiantes más participan de forma activa en las actividades propuestas. No siendo de igual forma en el trabajo en parejas o en equipos, pues se mantuvieron estables los parámetros del diagnóstico inicial, es decir, solo 5 son capaces de llevar el papel protagónico y 4 son capaces de realizar actividades con rigor en el nivel de desempeño. En el **(Anexo 5)** se puede observar los gráficos comparativos correspondientes al diagnóstico inicial y parcial, lo cual permite observar y considerar que con la aplicación de las actividades se logró un ligero avance en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes y por consiguiente en la formación integral de su personalidad.

Resultados alcanzados con la aplicación de cada actividad sobre la base de los indicadores propuestos.

Actividad 1. Permitió que se sintieran motivados por conocer qué es la autoestima, cómo influye esta en la formación de la personalidad, sus componentes básicos y cuáles son las causas y manifestaciones que puede presentar un individuo con baja autoestima, además se le ofrecen con esta actividad, 10 consejos útiles que les

permitieron reflexionar y asumir criterios propios, los que contribuyen al fortalecimiento de su autoestima.

Actividad 2. Durante su ejecución se propició el reconocimiento de los valores individuales de cada estudiante, a partir del conocimiento de sí mismo, expresado en las vivencias afectivas de cada uno, permitiendo el logro de una mayor confianza y seguridad en sí mismos, de ser capaces de tomar decisiones y actuar en caso que sea necesario, logrando mejorar su comportamiento en caso de ser negativo contribuyendo al fortalecimiento de su autoestima y a la formación integral de su personalidad.

Actividad 3. En ella los estudiantes manifestaron motivación por conocer qué sucesos pueden afectar en mayor o menor grado su autoestima y cómo influye esto en la formación de su personalidad, además identificaron cuáles de estos elementos les perturba con mayor intensidad; así como las consecuencias que puede ocasionar en su comportamiento cotidiano.

Actividad 4. Se constató en su realización que a partir de la exposición y análisis de sus deseos e intereses personales pueden transformarse sus motivaciones y aspiraciones tanto individuales como colectivas, así como el grado de compromiso con los demás y consigo mismo, además del consecuente aporte que tiene esto en el fortalecimiento de la autoestima de cada uno y en la formación de su personalidad.

Actividad 5. Propició que se acrecentara el compromiso social e individual de los estudiantes a partir de las valoraciones de sus debilidades y potencialidades, así como la influencia de una adecuada autoestima para el logro de objetivos importantes en la vida y para la formación integral de su personalidad, teniendo en cuenta que no todas las personas son iguales por lo que es necesario aceptar la diversidad, disfrutar de lo que se hace, mejorando así las relaciones con los compañeros y el deleite de la respectiva gratificación que ello genera.

Actividad 6. Mediante esta los estudiantes lograron, vincular la tecnología de la informática, con los conocimientos adquiridos sobre autoestima y aplicar estos a la solución de ejercicios de Español.

Actividad 7. Posibilitó incrementar el conocimiento de los valores individuales y grupales al realizar una valoración de los aspectos positivos que cada uno ha observado en sus compañeros, facilitando un desarrollo de la expresión oral, de la exposición de ideas valorativas sobre sus compañeros y sobre el grupo en general, incentivando la integración grupal y el fortalecimiento de la autoestima individual.

Actividad 8. Se corroboró la motivación de los estudiantes por conocer y reflexionar sobre los rasgos de su personalidad y la de sus compañeros, además sobre las exigencias que se plantean ellos mismos y las que le plantean a los demás, así como el modo en que esto puede incentivar su creatividad para interactuar con sus compañeros al establecer adecuadas relaciones interpersonales, contribuyendo así al fortalecimiento de su autoestima y a una correcta formación integral de su personalidad.

Actividad 9. Los estudiantes se sintieron dispuestos para conocer sus propios valores y posibilidades a partir del ordenamiento de frases, mostrando lo que realmente se piensa sobre cada una de ellas e identificándose con las mismas al decidir entre lo que es importante y lo que no lo es, con el consecuente aporte al fortalecimiento de su autoestima.

Actividad 10. Posibilitó la realización de ejercicios y el comentario de ideas valorativas, a partir de un texto dado en la clase de Español, aplicando los contenidos adquiridos en la unidad a la solución de estos, demostrando una mayor seguridad de cada uno en sí mismo, mayor destreza y confianza en las acciones realizadas y en el momento de exponer sus criterios, lo que sin dudas estimula el fortalecimiento de su autoestima.

Resultados del diagnóstico de cierre.

Una vez aplicadas todas las actividades, se utilizó nuevamente uno de los instrumentos empleados en el diagnóstico inicial, la **observación** para corroborar la efectividad de estas y su contribución al fortalecimiento de la **autoestima** en los estudiantes con esta dificultad en el desarrollo de su personalidad.

Como se evidencia en la tabla y el gráfico que aparecen en el **(Anexo 6)**, correspondiente al instrumento aplicado, después de realizadas las diez actividades, se pudo apreciar una mejoría de los parámetros medidos en este instrumento, en tal sentido se apreció que al trabajar de forma independiente en las actividades orientadas 12 integrantes de la muestra lo hacen sin dificultad, mientras que 3 aún no lo logran, lo que representa el 80 %. En el segundo aspecto del instrumento, también se logró un notable avance, pues 10 estudiantes son capaces de responder con coherencia y fluidez las preguntas orales, representando el 66,6 %. En el aspecto 3, se observa también una evolución, pues 11 de los estudiantes que componen la muestra son capaces de participar de forma activa en las actividades propuestas, representando el 73,3 %. También en el aspecto 4 se observa mejoría, pues 9 estudiantes son capaces de llevar el papel protagónico en el trabajo en parejas o en equipos, lo que representa el 60 % y un total de 9 son capaces de realizar actividades con rigor en el nivel de desempeño, coincidiendo con el parámetro anterior. En este propio anexo puede observarse el gráfico que ilustra estos resultados.

En los gráficos comparativos correspondientes al diagnóstico inicial y de cierre **(Anexo 7)**, se puede constatar claramente, que con la aplicación de las actividades se logró un notable avance en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes de séptimo grado, demostrando la pertinencia y efectividad de las mismas en las actuales condiciones en que se desempeña la educación secundaria en Cuba, dotando a los estudiantes de la herramientas idóneas para que sean capaces de moldear su temperamento, fortalecer su autoestima y elevar la formación integral de su personalidad.

CONCLUSIONES.

- Los fundamentos teóricos que sustentan la investigación permiten concluir que es la escuela y sus influencias educativas la encargada de lograr una formación integral de los estudiantes, enseñándolos a conocerse a ellos mismos, a valorar sus cualidades, posibilidades y potencialidades, a modificar lo negativo y conservar lo positivo, desarrollando nuevas actitudes que les permitan crecer como personas y afirmar su personalidad. Una adecuada autoestima, sin lugar a dudas, es imprescindible para lograr una correcta formación de la personalidad, ella constituye un componente esencial en el logro de objetivos y metas que el estudiante desea alcanzar en la vida.
- Como resultado del diagnóstico inicial se detectaron dificultades en adolescentes que desestiman sus cualidades y potencialidades, no son capaces de realizar actividades con cierto nivel de complejidad, sienten temor al fracaso en la realización de actividades provocando incertidumbre y desánimo para enfrentar una nueva tarea, todo lo cual es reflejo de dificultades en su personalidad, la que se encuentra afectada por un bajo nivel de autoestima.
- Las actividades dirigidas al fortalecimiento de la autoestima son de gran importancia para lograr una correcta formación de la personalidad de los adolescentes. Las concebidas en el presente trabajo, propician un ambiente participativo, dinámico e interactivo, fomentan el debate y la reflexión; además alientan la creatividad en el proceso de fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes.

- Las actividades aplicadas, evidencian que es necesario y posible la correcta formación de la personalidad de los estudiantes de séptimo grado a partir del fortalecimiento de su autoestima, las mismas propician la participación e incorporación consciente en ellas, evidenciando un impacto positivo en correspondencia con las nuevas condiciones y exigencias de la Secundaria Básica contemporánea, asegurando además que al concluir este nivel de enseñanza estén en condiciones de enfrentar situaciones en su vida futura sin temores al fracaso.

RECOMENDACIONES.

- Generalizar y divulgar por diferentes vías los resultados de la presente investigación en otros grupos de séptimo grado de la escuela.
- Continuar profundizando en el estudio de este tema, por la vía de la investigación científica, de modo que su aplicación se pueda extender a otros grados de la Secundaria Básica.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alarcón, Y. y Carmenates, D. (1998): *“Trabajo con imágenes mentales para el incremento de la autoestima de escolares de tercero y cuarto grado”*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
2. Allport, G. (1971). *La personalidad. Su configuración y desarrollo*. La Habana: Edición Revolucionaria. Instituto cubano del libro.
3. Amador Martínez, A. (1995): *“La orientación de estudiantes de nivel medio hacia valores sociales. El adolescente cubano: una aproximación al estudio de su personalidad”*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
4. Astiles de León, I. et al. (1998). *Violencia Sexualidad*. La Habana: Editorial Científico-Técnica.
5. Bello Dávila, Z. y Casales, J. P. (2004). *Psicología General*. La Habana: Editorial Félix Varela.
6. Benet Vicente, José (2005) *“Sé amigo de ti mismo”*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
7. Burke Beltrán, M. T. et al. (2001). *“Temas de Psicología pedagógica para maestros”*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
8. Calviño, M. (2002). *Orientación Psicológica. Esquema referencial de alternativas múltiples*. La Habana: Editorial Científico Técnica.
9. Calviño, M. y Mora, V. (1988). *Lenguaje y diagnóstico de la personalidad*. II Encuentro Latinoamericano de Psicología Marxista y Psicoanálisis.
10. Cardentey Arias, J. et al. (2005). *Lecciones de Filosofía marxista leninista, T-II*. La Habana: Editorial Félix Varela.
11. Carvajal Rodríguez C. et. Al (1995): *“La educación para la salud a través del proceso docente educativo.”* Trabajo presentado en el congreso de Pedagogía 95. Ciudad de la Habana.
12. Castro Alegret, P. L. et al. (2002): *Experiencias y resultados del proyecto cubano de educación sexual en Secundaria Básica*. Ciudad de la Habana. Editorial. Pueblo y Educación

13. _____. (2004). *Conocer nuestra personalidad y prevenir el VIH/SIDA*. La Habana: Editorial. Molinos Trade S.A.
14. _____. (2007): *“Prevención integral y promoción de la salud en la escuela”*. La Habana. Editorial. Molinos Trade.
15. Castro Ruz, F. (2001). Selección de discursos. (en soporte digital).
16. _____. (2002). Discurso pronunciado por el Comandante en Jefe en la graduación de Maestros Emergentes.
17. Castro, C. (2005). *“Autoestima”*. Prensa digital. Disponible en: <http://www.encuentra.com/includes/documento.php?IdDoc=359&IdSec=87>
18. Chacón, A. N. (2002): *“Dimensión ética de la Educación”*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
19. Concepción Pérez, Elsa. (2000): *“La niñez y la adolescencia”*, Temas más importantes de la humanidad en el nuevo milenio. Periódico Granma 18 noviembre de 2000.
20. Colectivo de autores (1987): *“Investigaciones de Psicología pedagógica acerca del escolar cubano”*. La Haban. Editorial Pueblo y Educación.
21. _____. (1987): *“Algunas regularidades del desarrollo de la personalidad la población juvenil cubana”*. La Haban. Editorial. Pueblo y Educación
22. _____. (1995): *“El adolescente cubano, Una aproximación al estudio de su personalidad”*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
23. _____. (2004): *“La personalidad, su diagnóstico y desarrollo”*. La Habana. Ed. Pueblo y Educación.
24. Colunga, S. y otros (1995): *“Desarrollo de la autoestima en niños con retardo en el desarrollo psíquico”*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
25. _____ (1996): *“Cómo elevar la autoestima en educandos de cuarto y quinto grado con dificultades de aprendizaje”*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
26. _____ (1997): *“Relación entre la autoestima y la capacidad de aprendizaje en niños con diferentes niveles de asimilación”*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.

27. _____ (1997): *“¿Están relacionadas la autoestima y la salud infantil.* La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
28. Colunga, S., Casadevall, A. y otros (1997): *“Sistemas representativos, trabajo con imágenes e incremento de la autoestima en los escolares”.* La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
29. Delors, Jaques: (1996): *Formar los protagonistas del futuro”* revista Correo de la UNESCO, abril 1996 p. 6
30. González A. M. y otros (2002): *“Nociones de sociología y pedagogía”.* La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
31. González Maura, V. et al. (2001). *“Psicología para educadores”.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
32. González Rey, F. (1989). *Psicología principios y categorías.* La Habana: Editorial de Ciencias Sociales.
33. González Rey, F. et al. (1984). *Psicología de la personalidad.* La Habana: Editorial de Ciencias Sociales.
34. Gutiérrez Baró, E. (1999). *“Lo afectivo y la personalidad: ¿En qué tiempo puede cambiarse la mente de un niño?”* La Habana: Editorial Abril.
35. Gutiérrez Baró, E. (2004). *Muy en serio y algo en broma: Diálogo con los adolescentes.* La Habana: Editorial Científico-técnica.
36. Gutiérrez Baró, E. (2005). *“¿Porqué no aprende un niño?”* La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
37. Hernández, O. y otros (1999): *“Programa interventivo para el aumento de la autoestima de niños con dificultades en el aprendizaje del segundo ciclo de la enseñanza general”.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
38. Herrera Ponce, K. (2005). *“Sin temores”.* Pionero. 78, 6.
39. Leontiev, A. N. (1981). *“Actividad, conciencia personalidad”.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
40. López Hurtado, Josefina. Et al (2000). *“Fundamentos de la Educación “.* Ciudad de La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.

41. López Melero, M. (1999). *"El elogio por las diferencias y la lucha contra las desigualdades"*. Conferencia. Congreso Internacional: De Hominis. La Habana, 1 al 6 noviembre.
42. Martí Pérez, J. (1974). *Obras Completas. T-8*. La Habana: Editorial Nacional de Cuba.
43. _____. (1990). *Ismaelillo*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
44. Martínez, C. (2003): *"Salud familiar"*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
45. Méndez del Dago, H. (1996): *"Problemas de la Adolescencia"*. La Habana. Editorial. Académica
46. Ministerio de Educación (2004) V Seminario Nacional para educadores. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
47. Ministerio de Educación. (2002) III Seminario Nacional para educadores. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
48. Ministerio de Educación. (2006) VII Seminario Nacional para educadores. *"La formación integral de la personalidad en diferentes niveles educativos"*. La Habana. Editorial: Pueblo y Educación
49. MINSAP (2004) Proyecto de prevención de SIDA. *"Siempre contigo"*. # 2 Autoestima.
50. MINSAP (2007) Proyecto de prevención del SIDA y Fondo de Naciones Unidas para el Desarrollo.
51. MINSAP (2008) *"¿Autoestima baja o adecuada? (Proyecto de Prevención del SIDA) y Fondo de Naciones Unidas para el Desarrollo*. Disponible en prensa digital: Trabajadores 17/05/2008.
52. Misles, O. (2005). *"Porqué mienten los niños. A manera de escudo"*. Medicina sistémica. 1820, 19 -20.
53. Menéndez del Dago, H. (1996) *Problemas de la adolescencia*. La Habana. Editorial Academia.
54. Ortiz, C. (2002) *¿Qué pasa en la adolescencia?* La Habana. Editorial Científico Técnica.

55. Padrón, A. y otros (1999): *"Intervención Psicoeducativa dirigida al aumento de la autoestima en escolares de sexto grado con dificultades en el aprendizaje"*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
56. Petrovsky, A. V. (1990). *"Psicología pedagógica de las edades"*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
57. Pino, J. (1989): *La formación del colectivo y su influencia en la personalidad del escolar*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
58. Rebollar, M. (2003): *"Intervención comunitaria"*. La Habana. Editorial. CENESEX
59. Rodríguez, M. y R. Bermúdez (1996): *"La personalidad del adolescente. Teoría y metodología para su estudio"*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
60. Rodríguez, A. (1985): *"Grupos y Colectivos"*. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
61. Roca Perera, M. A. (2005): *"Fortalecer la autoestima de los niños"* Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana.
62. Rogers, C. (1984). *"Orientación psicológica y psicoterapia"*. Madrid: Editorial Narcea S.A.
63. Rubinstein, S. L. (1973). *"Principios de Psicología General"*. Moscú: Editorial Mir.
64. Torroella G. (1999): *La autoestima: clave del éxito personal*. Conferencia ofrecida en el Diplomado "Aprendizajes básicos del desarrollo humano, IPLAC". La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
65. _____. (2009) *"La autoestima: fundamento del desarrollo personal"*.
Disponible en:
<http://www.pdcorynthia.sld.cu/Documentos/articulos/La%20autoestima.htm>
66. _____. (2009) *"APRENDER A VIVIR"*. Disponible en:
<http://www.cubaliteraria.cu/instituciones/icl/all/numero04/torroella.htm>
67. Turner, Lidia y otros. (1996). *Martí y la educación*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
68. _____. (1999). *"Del pensamiento pedagógico de Ernesto Che Guevara"*. La Habana. Editorial Capitán San Luis.
69. Turner Martí, L. y Pita Céspedes, B. (2002). *"Pedagogía de la Ternura"*. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

70. _____. (2007) *“Pedagogía de la Ternura”*. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
71. Turner Martí, L. (2009) *“Ideas esenciales de la pedagogía de la ternura”*.
Disponible
<http://www.ispcmw.rimed.cu/sitios/aprentic/lidia%20turner/libro/capitulo2.htm>
72. UNESCO-CEAA-LINEA: (1998) *Hacia una educación sin exclusiones*. Santiago de Chile. Publicado por UNESCO.
73. UNICEF (1990). *“Convenio sobre los derechos del niño”* México. Fondo de Naciones Unidas para la Infancia.
74. Valero García, J. M. (1991). *“La escuela que yo quiero”* México. Editorial Progreso.
75. Vigostsky, L. S. (1964). *“Pensamiento y lenguaje. Teoría del desarrollo cultural de las funciones psíquicas”*. La Habana: Edición Revolucionaria.
76. Vigostsky, L. S. (1989): *Obras escogidas, t.5*. La Habana. Ed. Pueblo y Educación.
77. _____. (1987). *“Historia de las funciones psíquicas superiores”*. Ciudad de La Habana: Editorial Científico Técnica.
78. Zaldívar Pérez, Dionisio (2009) *“Autoestima e imagen corporal”*. disponible en prensa digital. Mujeres 26 de febrero al 5 marzo de 2009.

ANEXO 1.

Guía de observación a estudiantes.

Objetivo: Constatar el desempeño de los estudiantes en la realización de actividades, teniendo en cuenta las características de su personalidad y la influencia en ello de su autoestima.

1. Se realizan de forma independiente las actividades orientadas en clase.

_____ Se observa _____ no se observa.

2. Responden con fluidez y coherencia las preguntas orales.

_____ Se observa _____ no se observa.

3. Participan activamente en la solución de las actividades propuestas.

_____ Se observa _____ no se observa.

4. En el trabajo en pareja o en equipo llevan el papel protagónico.

_____ Se observa _____ no se observa.

5. Realizan actividades con rigor en el nivel de desempeño.

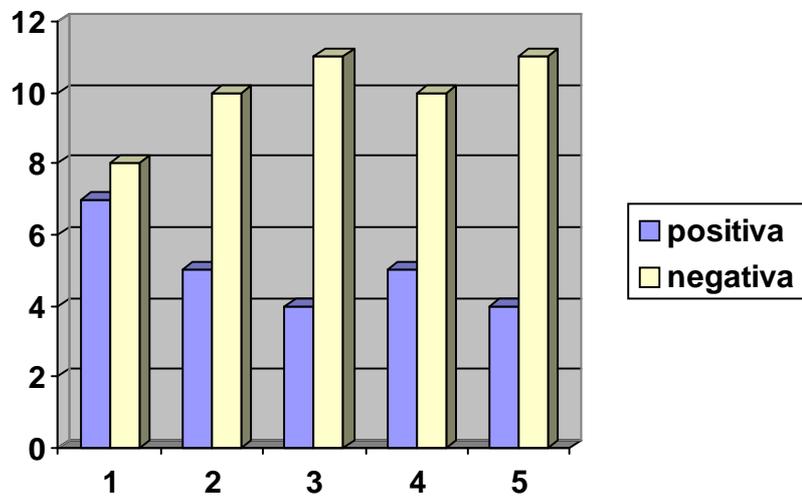
_____ Se observa _____ no se observa.

Anexo # 2

Reporte inicial de la observación:

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
1		X		X		X		X		X
2		X		X		X		X		X
3	X		X		X		X		X	
4		X		X		X		X		X
5	X			X		X		X		X
6		X		X		X		X		X
7		X		X		X		X		X
8		X		X		X		X		X
9	X		X		X		X		X	
10	X			X		X		X		X
11	X		X		X		X		X	
12	X		X			X		X		X
13	X		X		X		X		X	
14		X		X		X	X			X
15		X		X		X		X		X
TOTAL	7	8	5	10	4	11	5	10	4	11

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	7	8	5	10	4	11	5	10	4	11



ANEXO 3.

Entrevista a estudiantes.

Objetivo: Determinar las principales causas que provocan una autoestima baja en los estudiantes, así como los efectos que esto provoca en la formación integral de su personalidad.

Cuestionario:

1. **¿Te calificas de bruto o torpe cuando no eres capaz de resolver una situación o problema que otro de tus compañeros puede hacer sin dificultad? En caso afirmativo responde por qué.**

_____ SÍ _____ NO _____ A veces

2. **¿Te sientes inseguro o indeciso al enfrentar situaciones con cierto nivel de complejidad? Argumenta.**

_____ SÍ _____ NO _____ A veces

3. **¿Aprovechas las oportunidades para demostrar tus potencialidades? ¿Por qué?**

_____ SÍ _____ NO _____ A veces

4. **¿Cuando fracasas en un empeño, te obsesionas en él y no enfrentas nuevos retos? En caso afirmativo responde por qué.**

5.

_____ SÍ _____ NO _____ A veces

6. **¿Eres capaz de buscas ayuda siempre que lo necesitas? ¿Por qué?**

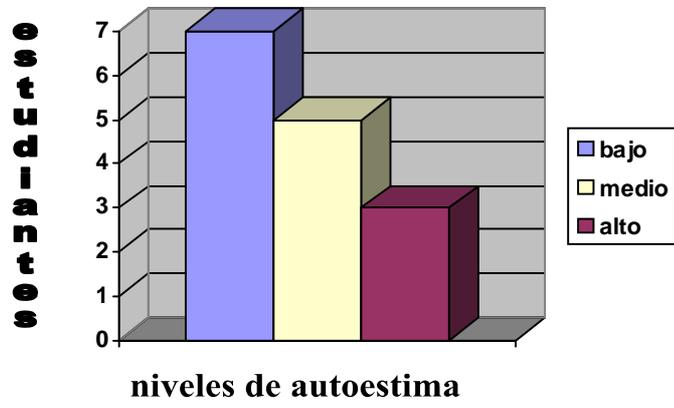
_____ SÍ _____ NO _____ A veces

Resultados de la aplicación de la entrevista:

No	1			2			3			4			5			Niveles		
	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	S	N	AV	BAJO	MEDIO	ALTO
1	x			x				x		x				x		x		
2	x			x				x				x		x			x	
3		x			x		x				x		x					x
4	x			x				x		x				x		x		
5			x	x				x				x			x		x	
6	x			x				x		x				x		x		
7	x			x				x		x				x		x		
8	x			x				x		x				x		x		
9		x				x			x			x	x				x	
10			x	x				x		x				x			x	
11		x				x	x				x		x					x
12			x			x		x		x					x		x	
13		x			x		x				x		x					x
14	x			x				x		x					x	x		
15	x			x				x		x				x		x		
T	8	4	3	10	2	3	3	11	1	9	3	3	4	8	3	7	5	3

- ✓ Se considera con un nivel bajo en la autoestima, cuando el estudiante responde afirmativamente en los indicadores 1, 2 y 4
- ✓ Se considera con un nivel medio en la autoestima, cuando el estudiante responde negativamente en los indicadores 1 – 2 y afirmativamente en los indicadores 3 – 5 u otra variante.
- ✓ Se considera con un nivel alto en la autoestima, cuando el estudiante responde negativamente en los indicadores 1, 2, 4 y afirmativamente el 3 y 5.

Niveles de Autoestima		
bajo	medio	alto
7	5	3



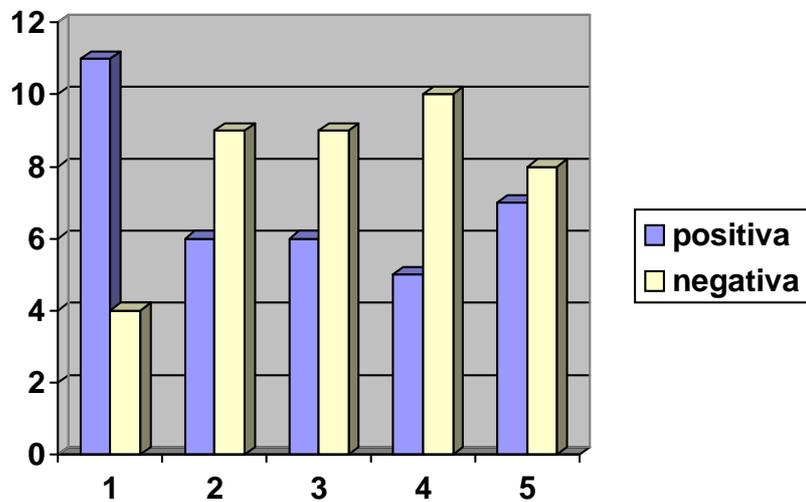
Anexo # 4

Reporte parcial después de aplicadas las primeras cinco actividades.

Resultados de la observación:

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
1		X		X		X		X		X
2	X			X		X		X		X
3	X		X		X		X		X	
4		X		X		X		X		X
5	X		X			X		X	X	
6		X		X		X		X		X
7	X			X		X		X		X
8		X		X		X		X		X
9	X		X		X		X		X	
10	X			X	X			X	X	
11	X		X		X		X		X	
12	X		X		X			X	X	
13	X		X		X		X		X	
14	X			X		X	X			X
15	X			X		X		X		X
TOTAL	11	4	6	9	6	9	5	10	7	8

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	11	4	6	9	6	9	5	10	7	8



Anexo # 5

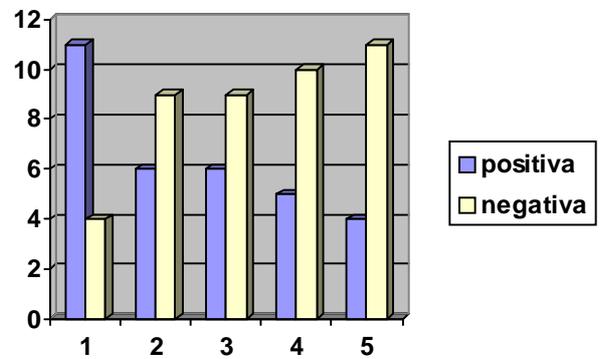
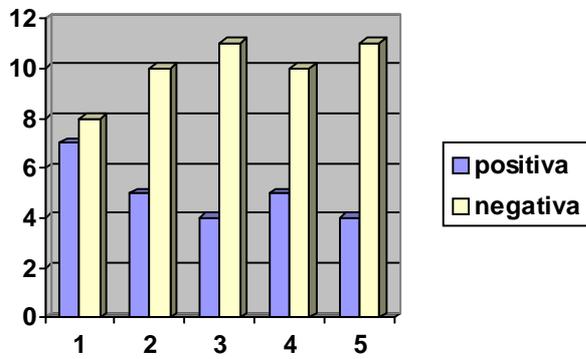
Comparación de los resultados del diagnóstico inicial con lo logrado después de la aplicación de las primeras cinco actividades.

reporte inicial

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	7	8	5	10	4	11	5	10	4	11

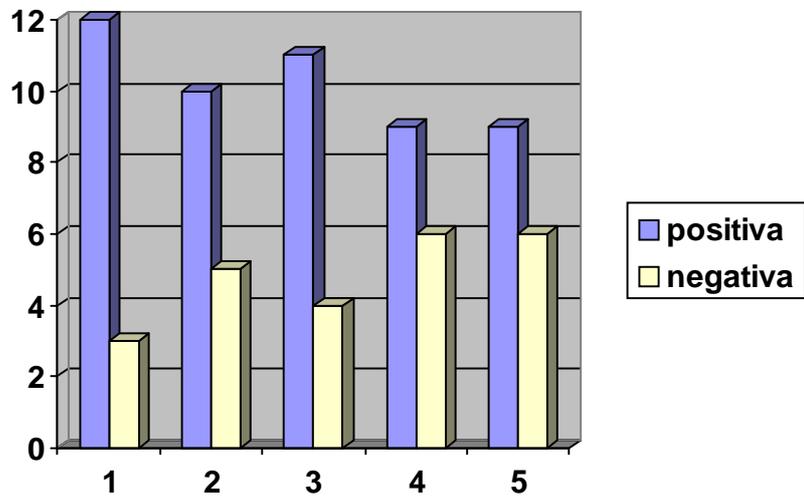
reporte parcial

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	11	4	6	9	6	9	5	10	4	11



13	X		X		X		X		X	
14	X		X		X		X		X	
15	X		X		X			X		X
TOTAL	12	3	10	5	11	4	9	6	9	6

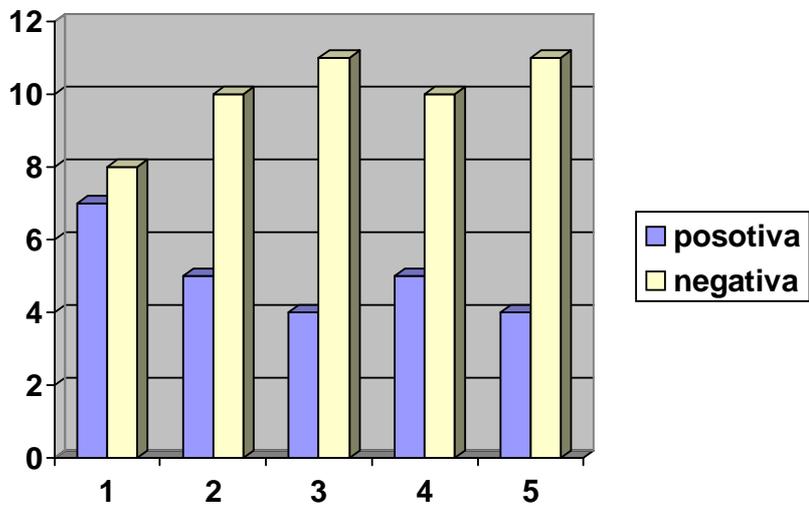
	1		2		3		4		5	
No	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	12	3	10	5	11	4	9	6	9	6



Reporte inicial de la observación:

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
1		X		X		X		X		X
2		X		X		X		X		X
3	X		X		X		X		X	
4		X		X		X		X		X
5	X			X		X		X		X
6		X		X		X		X		X
7		X		X		X		X		X
8		X		X		X		X		X
9	X		X		X		X		X	
10	X			X		X		X		X
11	X		X		X		X		X	
12	X		X			X		X		X
13	X		X		X		X		X	
14		X		X		X	X			X
15		X		X		X		X		X
TOTAL	7	8	5	10	4	11	5	10	4	11

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	7	8	5	10	4	11	5	10	4	11

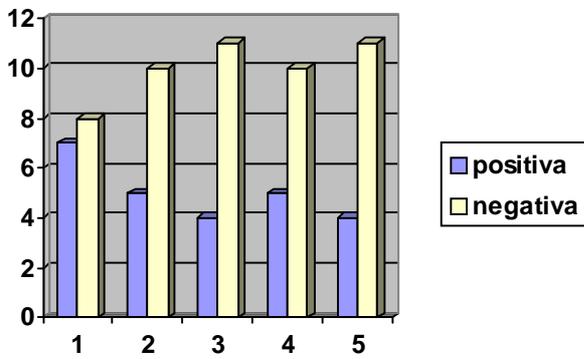


Anexo # 7

Comparación de los resultados del diagnóstico inicial con el reporte de cierre, después de la aplicación de todas las actividades.

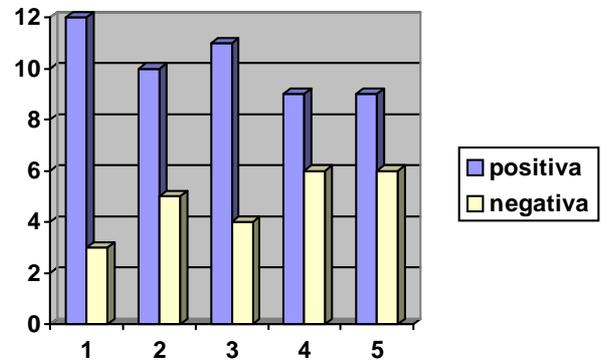
diagnóstico inicial

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	7	8	5	10	4	11	5	10	4	11



reporte de cierre

No	1		2		3		4		5	
	S	N	S	N	S	N	S	N	S	N
TOTAL	12	3	10	5	11	4	9	6	9	6



¿QUE ES LA AUTOESTIMA?

Cuando se habla de autoestima generalmente se asocia a la valoración de sí mismo y se llama la atención sobre la importancia que esto tiene para lograr algo en la vida, para satisfacer aspiraciones, para llegar a querernos nosotros mismos.

La autoestima es la valoración que se hace el individuo sobre sí mismo en cuanto a las habilidades, defectos, virtudes, manera de ser, potencialidades y diferencias. También es un sentimiento a través del cual el individuo se rechaza o se acepta, se siente seguro o inseguro, alegre o triste.

El adolescente con baja autoestima puede llegar a mentir o inventar historias con el objetivo de ser aceptado por los demás, en estos casos el llamado que esconde la mentira es: “no me siento capaz o fuerte y necesito mentir para ser aceptado por los demás”

COMPONENTES BÁSICOS DE LA AUTOESTIMA

Lo cognitivo: se refiere al conocimiento, ideas, opiniones, creencias, percepciones y procesamiento de la información.

Lo afectivo: es la valoración que hacemos de nosotros mismos, sea positiva o negativa.

Lo conductual: representa la autoafirmación, es la intención y decisión de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente, buscando alcanzar una forma, honor y respeto ante los demás y ante nosotros mismos

¿CÓMO INFLUYEN LOS DEMÁS EN NUESTRA AUTOESTIMA?

La autoestima es una condición adquirida, es decir que se aprende, se va desarrollando en la medida que vamos creciendo y relacionando con la sociedad. Se forma muy condicionada por la opinión que recibimos de los demás y de la educación que recibe la persona desde que nace.

La autoestima se forma en el proceso de aprender el: ¿quién soy?, del trato que un individuo da y recibe de otras personas y del ambiente o comunidad que lo rodea.

No se trata de una evaluación de determinados éxitos o fracasos, tampoco de determinados conocimientos o habilidades. Es decir, se puede estar muy seguro de sí mismo en el nivel fundamental, y sin embargo sentirse inseguro de las capacidades en situaciones sociales específicas. De la misma manera, puede desenvolverse bien en el trato social y aún así, ser inseguro y dubitativo en su interior.

¿CUÁNDO TENEMOS BAJA AUTOESTIMA?

Cuando tenemos una gran tolerancia a las críticas destructivas, estamos experimentando falta de respeto hacia nosotros mismos, constantemente nos maltratamos y perdemos la capacidad de cuidarnos justificando todos los maltratos que recibimos. Generalmente en estos casos, la persona se descuida significativamente, en lo personal, en su salud, en sus deseos, en los proyectos, en el trabajo y hasta con la pareja.

La persona con baja autoestima tolera y acepta las relaciones que van acompañadas de desafectos, maltratos, y en ocasiones hasta abusos aumentando la intensidad con que se autocritica.

Estas personas sienten desmérito hacia su persona, falta de compromiso, se descalifican constantemente y no son capaces de enfrentar situaciones con cierto nivel de complejidad. Llegan a habituarse a opiniones y criterios negativos de los demás y por lo general piensan que no sirven para nada, dejándose guiar por lo que piensan o decidan otros.

10 CONSEJOS PARA MEJORAR NUESTRA AUTOESTIMA

1. Comenzar por conocernos:
Contestar las siguientes preguntas:
¿Quién soy? ¿Qué quiero conseguir?
2. Reconocer que eres diferente.
Cada ser humano es único e irreplicable. No te compares con los demás.
3. Reconoce tus cualidades positivas y trata de mantenerlas de esa forma.
4. Reconoce tus cualidades negativas y trabájalas para ser cada día mejor.
5. No te obsesiones con los fracasos.
Reconoce tus logros.
6. Sé tolerante, acepta las cosas que no puedes cambiar y no las visualices como un obstáculo.
7. Acepta que tienes derecho a equivocarte y a cometer errores.
Nadie es perfecto.
8. Ámate a ti mismo.
9. Aprende a aceptar elogios.
10. Si sientes que necesitas ayuda personal, búscala.

**La Autoestima,
una cualidad
que enaltece.**

