



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

TESIS DE GRADO

TEMA:

“LA INFLUENCIA DEL AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “MARCO AURELIO SUBÍA” DE LA PARROQUIA TANICUCHÍ, CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011.”

Tesis presentada previa a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, especialidad Educación Básica

Autora:

Jácome Molina Andrea Nataly

Director:

Lcdo. Msc. Luis Eduardo Mena Molina

Latacunga – Ecuador

Junio-2012

AUTORÍA

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación “LA INFLUENCIA DEL AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO MARCO AURELIO SUBÍA DE LA PARROQUIA TANICUCHÍ, CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011” son exclusiva responsabilidad del autor.

A handwritten signature in blue ink, reading "Nataly Jácome Molina", is written over a horizontal dotted line. The signature is enclosed within a hand-drawn oval.

Jácome Molina Andrea Nataly

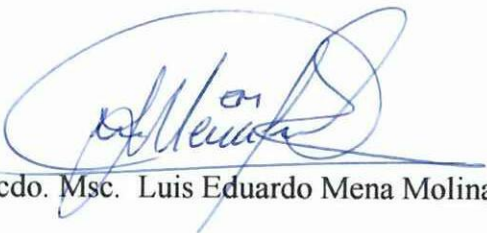
CI. 0503163107

AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS

En calidad de Director del Trabajo de Investigación sobre el tema: **“LA INFLUENCIA DEL AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO MARCO AURELIO SUBÍA DE LA PARROQUIA TANICUCHÍ, CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011.”**De la Sra. Jácome Molina Andrea Nataly postulante de la Carrera de Educación Básica, considero que dicho Informe Investigativo cumple con los requerimientos metodológicos y aportes científico-técnicos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Validación de Tesis que el Honorable Consejo Académico de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas de la Universidad Técnica de Cotopaxi designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Latacunga, julio del 2011

El Director

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Luis Eduardo Mena Molina', is written over a horizontal line.

Lcdo. Msc. Luis Eduardo Mena Molina



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS
Latacunga – Ecuador

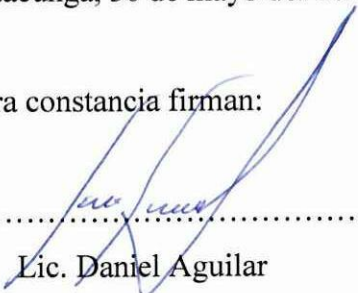
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

En calidad de Miembro del Tribunal de Grado aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas; por cuanto la postulante: Jácome Molina Andrea Nataly con el título de tesis: **“LA INFLUENCIA DEL AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “MARCO AURELIO SUBÍA” DE LA PARROQUIA TANICUCHÍ, CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011”** han considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de Defensa de Tesis.

Por lo antes expuesto, se autoriza realizar los empastados correspondientes, según la normativa institucional.

Latacunga, 30 de mayo del 2012

Para constancia firman:

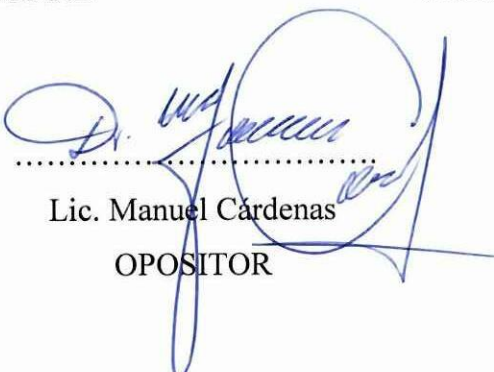

.....
Lic. Daniel Aguilar

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL


.....
Lic. Francisco Vizcaíno

Lic. Francisco Vizcaíno

MIEMBRO


.....
Lic. Manuel Cárdenas
OPOSITOR

AGRADECIMIENTO

Doy infinitamente gracias a Dios, por haberme dado la fuerza y valor para terminar mis estudios de carrera, a mis padres por el apoyo y la confianza que me han brindado, a los docentes de la UTC por sus valiosas aportaciones, que me han ayudado a crecer como persona y profesional. Finalmente agradezco a mis compañeros de curso por la constante comunicación con ellos ha contribuido en gran medida a continuar y culminar mis estudios, especialmente a aquellos que me brindaron cariño, comprensión y apoyo, dándome con ello, momentos muy gratos.

Andrea Nataly Jácome Molina

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo primero al creador de la vida, quien ha permitido que la sabiduría dirija y guie mis pasos.

A mis padres, por todo lo que me han dado en esta vida, especialmente por sus sabios consejos y estar siempre a mi lado en los momentos difíciles, apoyándome y dándome fuerzas para seguir adelante con mi vida y mis estudios.

A mis dos pequeños hijos Alison y Ariel quienes me han acompañado en silencio con una comprensión a prueba de todo, por haberme contagiado su alegría y entusiasmo para poder continuar mi camino en momentos de tristeza y debilidad.

Andrea Nataly Jácome Molina



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS
Latacunga – Ecuador

TEMA: “LA INFLUENCIA DEL AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “MARCO AURELIO SUBÍA” DE LA PARROQUIA TANICUCHÍ, CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011.”

RESUMEN

En la institución a ser estudiada se notó un gran porcentaje de adolescentes que poseen un nivel de falta de confianza que hace que gocen de pocas aspiraciones de lograr o triunfar en el futuro y por ende el miedo al fracaso hace que estos adolescentes no logren lo que se proponen o aun peor que ni siquiera lo intenten.

Es por esta razón que la presente investigación tiene como propósito determinar a ciencia cierta si el autoestima de los estudiantes de los décimos años de Educación Básica del Colegio Fiscal Mixto “Marco Aurelio Subía” influye significativamente en el rendimiento académico y por ende ayudar a mejorar el autoestima en los estudiantes a través de un programa motivacional el cual les permita a los alumnos estar seguros de sí mismos y valorarse como seres humanos. En este caso y luego de haber analizado, estudiado y verificado el proyecto investigativo planeado se define que en el Colegio Fiscal Mixto “Marco Aurelio Subía” existen adolescentes con el autoestima baja el cual influye directamente en el rendimiento académico de los mismos, por el cual presento un Programa Motivacional que será aplicado directamente a los alumnos de los décimos años de Educación Básica, al Rector y Maestros de la institución, con temas de gran incidencia relacionados con el tema planteado el cual es la problemática que se quiere disminuir.

ABSTRACT

In the institution to be studied was noticed a big percentage of adolescents, who have a lack of level confidence, which make them to enjoy of little aspirations of achieving to succeed in the future and consequently the fear of failure causes that these adolescents don't accomplish what they proposed and even worse, they don't even try.

For this reason the present investigation has as a purpose to determine for sure if the students self-esteem of the tenth years of Basic Education of the "MARCO AURELIO SUBIA" mixed high school influences significantly in the academic performance, and therefore to help to improve the students' self-esteem through a motivational program, which permits the students to be sure of themselves and to value as human beings.

In this case, and after having analyzed, studied and verified the planned investigative project, it is defined that in the "MARCO AURELIO SUBIA" fiscal mixed high school, there are adolescents with low self-esteem, which influences directly in their academic performance, therefore I present a motivational program, which will be applied directly to the tenth year students of Basic Education, to the Principal and Teachers of the institution, with topics of great incidence related to the theme proposed, which is the problematic that we want to decrease.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS
Latacunga – Ecuador

AVAL DE INGLÉS

Yo, Vladimir Sandoval con C.I. 050210421-9, Docente de Inglés en la Universidad Técnica de Cotopaxi **CERTIFICO** el Aval de ABSTRACT de la tesis: **“LA INFLUENCIA DEL AUTOESTIMA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “MARCO AURELIO SUBÍA” DE LA PARROQUIA TANICUCHÍ, CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011.”** de Jácome Molina Andrea Nataly, postulante de la Carrera de Educación Básica de la Universidad Técnica de Cotopaxi de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas, considero que dicho ABSTRACT se encuentra aprobado, ya que cumple con todas las normas técnicas de la traducción de español a inglés.

Latacunga, junio del 2012

Msc. Vladimir Sandoval V.

C.I: 050210421-9

INTRODUCCIÓN

El rendimiento académico es cada vez más exigente en cuanto al desarrollo integral del estudiante, la asimilación que se espera en él de los modelos educativos y algunos otros con la implementación de normas de calidad, han influenciado para que el estudiante en varias ocasiones se sienta incompetente y con problemas psicosociales. Sin embargo la educación del nivel medio de estos últimos tiempos es criticada por ser memorística, y enciclopédica; por lo tanto, no permite una formación integral al no considerar el factor de la personalidad. Cuando una persona goza de una buena autoestima es capaz de reconocer sus deficiencias y utilizar los mejores recursos o medios necesarios para solucionar sus problemas y superar sus dificultades.

Hoy en día, existe un gran problema en la juventud de la provincia de Cotopaxi y es que todos los jóvenes se ven influenciados por la sociedad, les importa mucho los prejuicios, la apariencia y aún más la moda que influye directamente en él joven para ser aceptados en el mundo que les rodea y el ambiente que se desenvuelven, a menudo no encuentran respuestas a estas interrogantes y si las encuentran son positivas o negativas ya que son ellos los que mayormente la adquieren; ya sea mediante los actos o las palabras, amigos, profesores e incluso extraños, en la etapa de la adolescencia los jóvenes se vuelven sumamente sensibles o vulnerables lo cual les afectan directamente.

El problema de la investigación, surge de la necesidad de aplicar un Programa Motivacional el cual les permita elevar el autoestima en los estudiantes de los décimos años de Educación Básica del Colegio Fiscal Mixto “Marco Aurelio Subía” y por ende mejorar el rendimiento académico en los mismo, esta investigación es de mucha importancia ya que considera una variable que cumple un papel dominante en la formación y desarrollo de los estudiantes de secundaria, como es el caso de la autoestima; ya que, el país requiere de futuros profesionales de calidad para lograr una vida de calidad. En ese sentido es que se hace necesario que la preparación de los adolescentes debe ser integra,

mediante el desarrollo de todas sus potencialidades.

Por lo tanto es un tema que reviste una suma importancia, tanto para profesores como para los estudiantes, porque permite dilucidar los innumerables problemas que existe en la juventud y que se puede solucionar mediante el cultivo de su autoestima. Los primeros beneficiarios serán los estudiantes, porque para ellos va dirigida la presente investigación.

El objetivo primordial de este trabajo investigativo es determinar la influencia de la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes, así como también fundamentar teóricamente los niveles de la misma, para mejorar el nivel académico en los estudiantes mediante el diseño de un programa motivacional que impulse el desarrollo de la autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes de los décimos años de educación básica.

El trabajo investigativo consta de tres capítulos que están organizados de la siguiente forma:

Primer Capítulo compuesto por los fundamentos teóricos sobre el objeto de estudio; Antecedentes Investigativos, Categorías fundamentales y el Marco teórico.

Segundo Capítulo compuesto por la Breve caracterización de la institución objeto de estudio, Análisis e interpretación de resultados, Conclusiones y Recomendaciones.

Tercer Capítulo compuesto por el Diseño de la propuesta, Datos informativos, Justificación, Objetivos y la Descripción de la propuesta.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Contenido	Página
Portada	
Autoría	ii
Aval	iii
Resumen	vi
Abstract	viii
Introducción	x
Índice	xii

CAPÍTULO I

FUNDAMENTOS TEÓRICOS SOBRE EL OBJETO DE ESTUDIO

1.1.	ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	1
1.2.	CATEGORÍAS FUNDAMENTALES.....	3
1.3.1.	La Educación.....	4
1.3.2.	El Autoestima.....	5
1.3.2.1.	Grados del Autoestima.....	6
1.3.2.2.	El Autoestima en los Estudiantes.....	7
1.3.2.3.	Importancia del Autoestima.....	9
1.3.2.4.2.	Actitudes de la Autoestima Baja.....	10
1.3.2.4.3.	Autoestima Alta.....	11
1.3.2.4.4.	Actitudes de la Autoestima Alta.....	12
1.3.3.	La Adolescencia.....	13
1.3.3.1.	Características de la Adolescencia.....	15
1.3.3.2.	Cambios Psicológicos del Adolescente.....	16
1.3.3.3.	Maduración Temprana o Tardía en Varones	
1.3.3.4.	Maduración Temprana o Tardía en Niñas.....	17
1.3.3.5.	Interés por la Apariencia Física.....	18
1.3.3.6.	Desarrollo de la Inteligencia	

Contenido	Página
1.3.3.7. Clasificación de Trastornos Psicológicos.....	20
1.3.4. Sentimientos y Emociones.....	21
1.3.4.1. Estudiantes Rechazados.....	22
1.3.4.2. Apoyo a Estudiantes Rechazados.....	23
1.3.5. Ambiente Familiar.....	25
1.3.5.1. Ideologías.....	26
1.3.5.2. Influencias Sociales.....	27
1.3.6. Rendimiento Académico.....	28
1.3.6.1. Etapas del Rendimiento Académico.....	29
1.3.6.2. Elementos del Rendimiento Académico.....	30
1.3.7. Estrategias de Aprendizaje.....	31
1.3.7.1. Aprendizaje Memorístico.....	33
1.3.7.2. Aprendizaje Significativo	
1.3.7.3. Estrategias del Aprendizaje Significativo.....	34
1.3.8. La Motivación.....	35
1.3.8.1. Tipos de Motivación.....	36
1.3.9. Programa Motivacional.....	38
1.3.9.1. Evaluación Psicológica en el Área Educativa.....	39
1.3.9.2. Componentes de una adecuada intervención motivacional.	40
1.3.9.3. Test para evaluar la Autoestima	

CAPÍTULO II

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

2.1. Breve Caracterización de la Institución.....	41
2.2. Encuestas Aplicadas al Rector y Docentes.....	43
2.3. Encuestas Aplicadas a Estudiantes.....	47
2.4. Conclusiones y Recomendaciones.....	56

CAPÍTULO III

Contenido	Página
DISEÑO DE LA PROPUESTA	
3.1. Datos Informativos.....	58
3.2. Justificación.....	60
3.3. Objetivos.....	61
3.3.1. Objetivo General	
3.3.2. Objetivos Específicos	
3.4. Descripción de la Propuesta.....	62
3.5. Plan Operativo de Actividades.....	63
3.6. Desarrollo de la Propuesta.....	64
3.6.1. Plan Operativo de Charla sobre la Autoestima.....	66
3.6.2. Charla Dirigida a Estudiantes y Docentes.....	67
3.6.3. Plan Operativo de Charla sobre Motivación.....	71
3.6.4. Charla Dirigida a Docentes.....	72
3.6.5. Plan Operativo de Dinámicas para mejorar la Autoestima..	78
3.6.6. Dinámicas para Desarrollar en el Aula.....	83
3.6.7. Plan Operativo de Lecturas para Motivar en Clase.....	103
3.6.8. Lecturas Motivadoras para Relatar en Clase.....	106
3.6.9. Plan Operativo de Entrenamiento de Habilidades Sociales.	120
3.6.10. Entrenamiento de Habilidades Personales y Sociales.....	121
3.6.11. Plan Operativo de Habilidades Cognitivas.....	124
3.6.12. Habilidades Cognitivas.....	125
3.6.13. Plan Operativo de Habilidades Sociales.....	128
3.6.14. Habilidades Sociales.....	129
3.6.15. Plan Operativo de Creatividad en el Aula.....	135
3.6.16. Creatividad en el Aula.....	136
3.7. Conclusiones y Recomendaciones de la Propuesta.....	140
BIBLIOGRAFÍA.....	142
ANEXOS	

CAPÍTULO I

1. FUNDAMENTOS TEÓRICOS SOBRE EL OBJETO DE ESTUDIO

1.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Luego de haber realizado investigaciones bibliográficas en varias bibliotecas de la Provincia se ha procedido a revisar varios trabajos investigativos realizados para la obtención de títulos de tercer nivel, se puede tomar en cuenta algunas investigaciones y libros sobre temas referentes al autoestima y su incidencia en la educación del adolescente, entre otros, de los cuales detallo a continuación los trabajos que tienen concordancia con la presente investigación.

En la biblioteca de la Escuela Superior Politécnica del Ejército sede Latacunga (ESPEL) se encontró libros sobre “el autoestima en los adolescentes”, donde el autor trata de las características de los mismos, los cambios que sufren, entre otros; elaborado por Kids Health en el año 2005.

Por otra parte, unos folletos titulados “Consejos para elevar el autoestima en los adolescentes”, “la educación y el autoestima en los jóvenes” realizados y presentados por la Lcda. Toranzos Lilia y el Lic. López Alanís Fernando en el año 1995, los mismos que tratan de; cómo elevar el autoestima de forma clara y precisa, de cómo el autoestima influye en la educación y sobre todo en el proceso de enseñanza- aprendizaje de los adolescentes.

Estos libros e investigaciones se ha considerado tienen una gran relación con el tema de investigación, con la influencia del autoestima en la educación de los estudiantes de los décimos años de educación básica que promueve el desarrollo de los adolescentes.

Por otra lado este trabajo investigativo es único en la Institución que abrió sus puertas para realizar este aporte positivo, ya que permitirá a los estudiantes sentirse motivados y a los maestros contar con un Programa motivacional que les permita mejorar el aprendizaje en los estudiantes

A diferencia de las investigaciones anteriores la presente tiene como objetivo determinar cómo influye el autoestima en el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria, ya que se detecta un nivel bajo de autoestima en los mismos y se dará solución a este problema convirtiéndose así en un tema nuevo y factible.

1.2 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

Luego de haber realizado el respectivo análisis sobre los temas que debería abordar el presente trabajo investigativo, se ha podido determinar las siguientes categorías a desarrollar



1.3 MARCO TEÓRICO

1.3.1 LA EDUCACIÓN

La educación es un proceso, por medio del cual el ser humano, adquiere diversos y nuevos conocimientos, por medio de la educación es que sabemos cómo actuar y comportarnos en la sociedad. Es proceso de sociabilización del hombre para poder insertarse de manera afectiva a ella, sin la educación el comportamiento del ser humano no sería tan lejano a la de un animal salvaje.

La educación es impartida desde la infancia incluso en la lactancia el niño comienza a crear vínculos sociales con quienes lo rodean, el ser humano está constantemente en un proceso de educación ya que se asemeja a una esponja la cual va reteniendo información de todo aquello con lo que interactúa.

Según la GRAN ENCICLOPEDIA EDUCATIVA (1995, pág. 573) manifiesta “La educación es el resultado de que el individuo adquiera o no los comportamientos y costumbres formadas y estimadas por la sociedad”

Haciendo referencia a lo citado anteriormente, la educación es el efecto final de un proceso de adquisición de nuevos conocimientos que se presentan en nuestro diario vivir y mediante el cual aprendemos costumbres y tradiciones para vivir en comunidad con el resto de la sociedad.

La sociedad moderna ha formado la concepción de que la educación debe ser permanente, pero se da atención preferente a las primeras etapas de la evolución del individuo, pues en la infancia y en la adolescencia es imprescindible la ayuda de otras personas para realizar el desarrollo educativo. En la juventud y la madurez el hombre adquiere autonomía para continuar su formación, pero la capacitación para hacer frente a las exigencias de la vida y la conquista de nuevas metas en el camino del perfeccionamiento siempre requerirán de otras personas y de las instituciones especializadas.

1.3.2 EL AUTOESTIMA

El autoestima significa desarrollar valores y sentimientos, como los de identidad, integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor.

Permite sentirse importante y percibir que el mundo es mejor porque él existe, tener fe en sus capacidades, tomar sus propias decisiones considerando que es el mismo su mejor recurso, apreciar su propia valía, estar capacitado para ver y respetar el valor que otros tienen, irradiar confianza y esperanza, no tener tabúes sobre ninguno de sus sentimientos y aceptar todo lo suyo como humano, sin embargo, implica reconocer sus limitaciones y saber pedir ayuda cuando es necesario.

Para, ALBERT Ellis (2002, pág. 14) en su obra *Autoestima y Adolescencia* menciona que autoestima es: “un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de sí mismo”

De acuerdo con el autor cuando una persona se realiza una autovaloración debe sentirse orgulloso, confiado de sí mismo para poder lograr las metas que se trazado en la vida y por ende alcanzar la felicidad en el ámbito laboral y emocional. Un ser humano no puede sentirse amado, valorado y respetado por otras personas sino empieza por amarse el mismo y olvidar situaciones o personas que tal vez en el pasado fueron causantes de que se sienta mal consigo mismo.

SCHUNK, PINTRICH y MEECE (2010, pág. 91) en su la obra *Psicología Educativa* dicen: “El autoestima es una reacción afectiva, el juicio general de la valía personal, que implica sentir confianza y orgullo de uno mismo como persona. Si las personas se evalúan a sí mismas de manera positiva (si “les gusta lo que ven”) decimos que poseen una autoestima alta”

La autoestima se define como el amor, el valor o el cariño que se tiene por uno mismo. A veces hay personas que se denigran a tal extremo que se llegan a sentir inútiles, incapaces y por consiguiente infelices pero muchas veces son expresiones

dadas a la ligera que por su puesto son erróneas por eso lo que es necesario pedir ayuda a alguien, no ahogarse en un vaso de agua, no cerrarse al mundo y decaer. Levantarse después de cada maremoto de situaciones negativas, es de personas de alta autoestima.

1.3.2.1. Grados del autoestima

La autoestima es un concepto gradual. En virtud de ello, las personas pueden presentar en esencia uno de tres estados:

- Tener una autoestima alta equivale a sentirse confiadamente apto para la vida, o, usando los términos de la definición inicial, sentirse capaz y valioso; o sentirse acertado como persona.
- Tener una baja autoestima cuando la persona no se siente en disposición para la vida; sentirse equivocado como persona.
- Tener un término medio de autoestima es oscilar entre los dos estados anteriores, es decir, sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona, y manifestar estas incongruencias en la conducta actuar, unas veces, con sensatez, otras, con irreflexión, reforzando, así, la inseguridad.

En la práctica, y según la experiencia de Nathaniel Branden, todas las personas son capaces de desarrollar una autoestima positiva, al tiempo que nadie presenta una autoestima totalmente sin desarrollar. Cuanto más flexible es la persona, tanto mejor resiste todo aquello que, de otra forma, la haría caer en la derrota o la desesperación

Ante lo dicho por los autores el autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada uno, comprende mucho más que ese sentido innato de auto valía, que es nuestro derecho al nacer; es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de esta. Consiste en el aprecio y valoración que tenemos las personas de sí, es verse uno mismo con características positivas, la confianza en nuestra capacidad de pensar y afrontar los desafíos que la vida nos presenta, el derecho a ser felices, de ser dignos y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos.

1.3.2.2 El autoestima en los estudiantes

En este sentido el autoestima constituye un componente de vital importancia en el desarrollo de la personalidad del estudiante ajustada a las demandas del medio social, por tanto tiene validez capital la acción educativa, ya que ella no puede limitarse únicamente a instruir, sino también a formar al individuo a fin de que se acepte a sí mismo, se adapte a su grupo familiar, escolar, profesional y social, acepte y practique los valores humanos.

La autoestima es la mentalidad que nos permite establecernos metas en base a nuestra realidad y potencialidades. Nos otorga confianza, respeto, valoración con nosotros mismos y con los demás.

Una palabra, un acto amable vale más que mil regalos, y no cuestan nada, pero los beneficios que producen son innumerables. Con una sonrisa, un beso, una caricia, un ¡te amo!, ¡tú puedes hacerlo!, ¡cuenta conmigo!, ¡eres inteligente!, mediante este hacer y decir, que debe ser permanente en las personas que rodean al adolescente, se nutre el espíritu de los mismos para que crezcan en confianza, valoración, respeto en conclusión con una mentalidad prospectiva que les permita inventarse su futuro y construirlo con firmeza, entusiasmo y compromiso.

Este valor se construye y se edifica en su interior, debe estar bien fundamentada en una visión realista y objetiva, en la plena aceptación de sus defectos y limitaciones, y en sobrio reconocimiento de sus aptitudes y destrezas.

Uno de los rasgos distintivos de la naturaleza humana es la posibilidad de ser consciente de sí mismo. A través de la adquisición de la conciencia de sí, las personas construyen su identidad personal, la que permite establecer las relaciones interpersonales y otras habilidades. El concepto de sí mismo es la base del autoestima y ésta, a su vez, es la base y centro del desarrollo humano y, por tanto la clave del éxito personal.

Según, MASSÓ, Alonso (1997, pag.26) en su obra La Autoestima menciona: “La autoestima es el significado más directo de la palabra auto (sí mismo) Estima (amor, aprecio). Significa quererse a sí mismo, es un sentimiento fundamental”.

El autor manifiesta que al tener amor a sí mismo, la persona tiene la facultad de aceptarse tal cual es, está consciente que es un ser humano y que como tal es poseedor de cualidades pero también tiene defectos.

CÓNDOR, A. (1997pág. 47) en su obra Desarrollo de la Autoestima menciona que: “Dentro de la pirámide de necesidades de Abraham Maslow, el autoestima es la percepción valorativa que tenemos de nosotros mismos, de nuestra manera de ser, de quienes somos (quien soy yo), del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran la propia personalidad”.

De acuerdo con la mención del autor la autoestima es la valoración que le damos a nuestro aspecto físico y a nuestra personalidad, creando así un concepto de nuestra propia identidad.

Para YAGOSESKY (2002, pág.6) citado por Hurtado R. menciona que: "El autoestima significa, amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener”

Los autores manifiestan que teniendo una buena valoración de sí mismo y estando consciente de las posibilidades que tiene una persona se puede trazar objetivos claros. El conocimiento que se tenga de sí mismo va bien ligado con el amor que se tenga la persona, pues ayuda a tener una orientación, de lo que se posee tanto cualidades, habilidades, destrezas; como también de lo que se carece o con lo que se está disconforme, defectos, limitaciones, y es así, sabiendo lo bueno y lo malo que se tenga, se pueden hacer de las debilidades fortalezas.

Las personas valoradas influyen en el autoconcepto. Si el concepto personal y social es fuerte no interesa tanto el Yo Material y Corporal (los adornos). La identidad hay que renegociarla en varios momentos de la vida principalmente en la Adolescencia. El autoconcepto no se consolida para siempre, se cambia en las diferentes etapas de la vida de una persona.

1.3.2.3 Importancia de la Autoestima

La autoestima es importante para todo ser humano, debido al gran valor de poder aceptarse y quererse tal como realmente es, es decir, como ser individual e irreplicable, es el marco de referencia desde el cual se proyecta y que va a servir de cimiento para el desarrollo de las demás habilidades.

La autoestima es importante porque es un concepto que la atraviesa horizontalmente. Es decir tiene que ver con:

- El rendimiento ya sea laboral o escolar.
- Con el desarrollo de la personalidad
- Las relaciones sociales
- El contacto afectivo, etc.

La importancia del autoestima es decisiva porque ella es la base de nuestra personalidad, nos brinda autonomía para pensar y actuar, nos hace responsables, por tanto personas dignas de comprometernos, nos permite tener la audacia para crear, para expresarnos, para comunicar lo que somos. Nos da la fuerza necesaria para superar las frustraciones y dificultades en la vida.

La autoestima es la plataforma desde donde podemos diseñar grandes sueños, grandes metas y proyectarnos optimistamente al futuro, nos da la confianza para vivir, evita que nos dañemos y dañemos a los demás. Nos hace merecedores de una vida de calidad integrada, digna, significativa, feliz.

1.3.2.4 Niveles de Autoestima

Los niveles de autoestima pueden ser altos o bajos, y consecuentemente cada uno incidirá en la vida de las personas.

1.3.2.4.1 Autoestima Baja:

Cuando una persona tiene problemas de baja autoestima, se traduce en una gran cantidad de problemas en diversos ámbitos de su vida. Una persona con baja autoestima suele sentirse más infeliz y mucho más limitada en cuanto a lo que puede o debe hacer.

Para PIAGET (1992, Pág. 15) “La baja autoestima son sentimientos ocultos de dolor que suelen convertirse en enojo, dando así lugar a la depresión”.

El autor menciona que cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos pero crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicossomáticos.

1.3.2.4.2. Actitudes o Posturas habituales que indican Autoestima Baja

La persona que tiene una baja autoestima a menudo o casi siempre se siente desanimada, incapaz de enfrentar dificultades y problemas, o se siente incapacitada para emprender un proyecto. A estas personas se les nota claramente lo mucho que desconfían de sí mismos.

Todas las palabras que esa persona ha escuchado desde su niñez por más pequeñas que sean se arraigan en su mente y más aún si vienen de personas cercanas como los padres y otros miembros de la familia y de manera inconsciente las va asimilando como verdaderas.

A continuación se detalla algunas actitudes que sufre una persona con baja autoestima:

- Autocrítica dura y excesiva que la mantiene en un estado de insatisfacción consigo mismo
- Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente exageradamente atacada/o, herida/o; echa la culpa de los fracasos a los demás o a la situación; cultiva resentimientos tercos contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir NO, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del peticionario.
- Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer perfectamente todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.

- Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.
- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia, propia del supercrítico a quién todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.
- Tendencias defensivas, un negativo generalizado todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

Estas actitudes que alertan una autoestima baja, demuestran en los jóvenes la inseguridad que tienen en sí mismos, la falta de confianza en sus potencialidades y capacidades y en las personas que lo rodean, haciendo evidente el miedo, la irritabilidad, la ira, etc.

1.3.2.4.3 Autoestima Alta

Se considera que una persona tiene una alta autoestima cuando tiene una valoración positiva de sí mismo. Sin embargo, esto no quiere decir que una persona con alta autoestima sea una persona perfecta, o que todo le salga bien. La autoestima depende de la valoración que uno tiene y hace de sí mismo. Por ejemplo, una persona podría hacer muchas cosas bien y pensar que debería hacer mucho más de lo que hace o hacerlas todavía mejor, mientras que otra persona podría aceptarse más fácilmente como es aun cuando algunas cosas no le salgan tan bien o no le resulten tan fáciles.

Para tener una alta autoestima no hay que ser perfecto, sino saber aceptarse como uno es, con imperfecciones y todo. Pero tampoco hay que caer en el conformismo y no luchar por aquellas cosas que se quieren solo por aceptarse como uno o una es. Uno siempre puede mejorar, aprender y capacitarse, lo que no quiere decir que

si a veces no se logra lo que se pretende sea motivo para deprimirse o para auto castigarse.

COLLANTES, Q. (1999, pág.521) dice: “Alguien con una buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace. Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesto a defenderlos aún cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente lo suficientemente seguro como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada”.

Con respecto a lo afirmado por el autor, tener una autoestima elevada es la capacidad de sentirse bien con uno mismo, cuando una persona tiene una autoestima elevada, tiene una mayor probabilidad de alcanzar la felicidad, a la vez de conseguir lo que se propone.

1.3.2.4.4 Actitudes o Posturas habituales que indican Autoestima alta

A continuación se presenta ciertas actitudes que demuestran signos de una alta autoestima:

- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que ha ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.
- No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.

- Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etc.
- Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.

Al contrario de una autoestima baja, los jóvenes que poseen una buena autoestima se aceptan física y psicológicamente como son, no se rinden fácilmente sino al contrario luchan y se esfuerzan por realizar exitosamente todo lo que se proponen, no se deja influenciar por terceras personas, se muestran ante la sociedad con sus virtudes y defectos y aprovechan todas sus capacidades para tener fructíferos resultados de todo lo que hacen.

1.3.3 LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es el principio de un gran cambio en el que la persona empieza a tomar decisiones propias, y en el que a medida que va pasando el tiempo, sabe que esas decisiones antes tomadas, tendrán una consecuencia buena o mala. Es el principio de su propia vida.

La adolescencia es aquella etapa de la vida del ser humano en que todo le parece gris, parece que todo el mundo le ataca, parece que el mundo se viene sobre él. Es el minuto en que comienza a conocer y a enfrentar duros cambios, que lo lleva a convertirse en un hombre o una mujer fuerte. Es la etapa en que reconoce su fuerza interna y debe aprovechar al máximo ese minuto. Esto lo llevara a engrandecerse más como persona.

Para VARGAS, José, (1999, pág. 45) en su obra La Adolescencia manifiesta que: “Los adolescentes forman su personalidad de acuerdo a su entorno familiar, su círculo de amigos, el medio y la cultura. Los expertos en el tema, basándose en sus investigaciones, demuestran la evidencia de las características, cambios y los intereses propios de su etapa transitoria a la juventud”.

Considerando lo que dice el autor, la adolescencia es una etapa que comienza entre los 11 y los trece años extendiéndose hasta los 21. El comienzo de este periodo es la madurez sexual que se presenta en las niñas alrededor de los 12 años y en los varones a los catorce años.

En la adolescencia el individuo desea ser independiente, creándose muy a menudo conflictos entre padres e hijos debiéndose justamente a la falta de entendimiento entre ellos en este periodo tan complejo en los hijos desean verdaderamente dejar su tutela y ser ellos mismos.

HAMEL, J. (1992, pág. 63) en su obra *Los Adolescentes* dice que: "La adolescencia es una etapa de transición que no tiene límites temporales fijos. Los cambios que ocurren son tan significativos que resulta útil hablar de la adolescencia como un periodo diferenciado del ciclo vital humano. Abarca desde cambios biológicos hasta conductuales y sociales, dificultando de esta manera precisar sus límites de manera exacta".

Ante lo manifestado por el autor la adolescencia es un período del desarrollo humano comprendido entre la niñez y la edad adulta, durante el cual se presentan los cambios más significativos en las vidas de las personas en el orden físico y psíquico. Aquí se presentan la maduración de la sexualidad y los múltiples cambios de orden fisiológico, como también el pensamiento lógico y formal del joven que se prepara para incorporarse al mundo de los adultos.

En cuanto a KNOBEL, A. (2003, pág. 8) en su obra *Adolescentes en desarrollo* dice que: "El adolescente busca establecer la identidad adulta, apoyándose en las primeras relaciones objétales-parentales internalizadas y verificando la realidad que el medio le ofrece, mediante el uso de los elementos biofísicos en desarrollo a su disposición y que a su vez tienden a la estabilidad de la personalidad en un plano genital, lo que sólo es posible si se hace el duelo por la identidad infantil".

Ante lo expuesto por el autor el individuo deja definitivamente, la infancia para entrar en la adolescencia y juventud, donde los órganos genitales están maduros y listos para cumplir su etapa de procreación. Durante la adolescencia, la

confluencia de distintos ritmos evolutivos, pueden dar lugar a frecuentes desajustes de la personalidad en los jóvenes, que pueden rechazarse a sí mismos o sentirse distintos de los demás.

Recién salidos de la niñez, los jóvenes han de actualizar la relación existente con sus padres, modificar sus relaciones con los demás, con el otro sexo en particular, poner a prueba los valores impuestos por padres y maestros en el terreno ideológico y cultural y por último afrontar la evidencia de una no lejana elección profesional.

1.3.3.1 Características de la Adolescencia

La adolescencia es una etapa de la vida por la que atraviesa toda persona, que como la palabra lo describe, adolece de algo, y ese algo es lo que provoca que en muchas ocasiones tome actitudes o normas de vida equivocadas, o no, según el apoyo y la estima de sus seres más allegados. En este periodo el adolescente puede sentirse como un barco a la deriva que puede anclar en cualquier puerto, que puede ser bueno o malo.

Las siguientes son características que se presentan en esta etapa de vida:

- Búsqueda de sí mismo y de la identidad,
- Tendencia grupal,
- Necesidad de fantaseo e intelectualización,
- Crisis religiosa,
- Desubicación temporal,
- Evolución de la sexualidad desde el autoerotismo hacia la heterosexualidad,
- Actividad social reivindicatoria,
- Contradicciones sucesivas en la conducta,
- Separación progresiva de los padres,
- Fluctuaciones del humor.

El joven flamante ha descubierto la importancia del grupo y ve en él la posibilidad de modelar su propia identidad fuera del influjo familiar. La adhesión del joven a

su grupo es tan incondicional que da lugar a un fenómeno de sobreidentificación en virtud del cual todos sus miembros se identifican colectivamente con cada uno de ellos y viceversa.

1.3.3.2 Cambios psicológicos en el adolescente

Todos los cambios en la adolescencia van acompañados de cambios en el cerebro y en el sistema neurológico que afectan el desarrollo personal y social. A lo largo de la adolescencia los cambios en el cerebro mejoran las habilidades para controlar la conducta en situaciones con niveles altos y bajos de estrés, para ser más propositivo y organizado así como para inhibir la conducta impulsiva. De hecho pareciera que los adolescentes necesitan una estimulación emocional más intensa que los niños o los adultos, de manera que estos jóvenes están hechos para enfrentar riesgos o buscar situaciones excitantes.

Al respecto BRIM, (1995, pág. 18) en la obra Psicología Educativa afirma que “Las personas importantes que intervienen en la vida del adolescente dirigen y prescriben parcialmente su conducta, y su censura o aprobación ayudan a determinar su entrega emotiva al comportamiento responsable.

Haciendo referencia a lo citado por el autor la adolescencia es quizás la época más complicada en todo el ciclo de la vida humana, en la cual las personas más importantes en su vida son las que influirán de manera positiva o negativa en el desarrollo de su conducta y otros aspectos propios de esta edad. Las responsabilidades en cada joven, es lo que hace temprana o tardíamente la maduración intelectual que le hará abrir la memoria y pensar mejor las cosas antes de actuar.

1.3.3.3 Maduración temprana o tardía en los varones

El desarrollo retardado suele coincidir con una disminución de la consideración ajena y con un sentimiento de desestima, hacia la propia persona. Grandes e importantes cambios caracterizan el desarrollo físico y sexual de este periodo. La rapidez de las transformaciones ocasiona en el niño conflictos personales y de relación con los demás, pero también puede suceder que estas transformaciones

sean lentas y tardías y afectar en gran parte a la autoestima del niño si ve que sus compañeritos de la misma edad han desarrollado más pronto un cuerpo musculoso, han incrementado su talla, su voz a cambiado, pero él sigue con una apariencia infantil está expuesto a sentirse menos atractivo que los demás y por ende a desarrollar cuadros de depresión.

Según KAGAN J., (1974, Pág. 77) “Los varones que maduran rápido son equilibrados, calmados, amables, populares entre sus compañeros, presentan tendencias de liderazgo y son menos impulsivos que quienes maduran tarde”.

Considerando la mención anterior, existen aspectos a favor y en contra de ambas situaciones; a los muchachos les agrada madurar pronto y quienes lo hacen parecen beneficiarse en su autoestima, al ser más musculosos que los chicos que maduran tarde, son más fuertes y tienen mejor desempeño en los deportes y una imagen corporal más favorable. Sin embargo la maduración temprana tiene complicaciones porque elige que los muchachos actúen con la madurez que aparentan.

Quienes maduran más tarde pueden ser o actuar durante más tiempo como niños, pero también pueden beneficiarse de un tiempo de niñez más largo.

1.3.3.4 Maduración temprana o tardía de las niñas

Al igual que los varones las niñas cuando no alcanzan un desarrollo normal con respecto a su edad también suelen decaerse anímicamente al observar que sus amiguitas tienen un cuerpo más desarrollado. Las adolescentes cuyos cuerpos se desarrollan temprana o normalmente suelen sentirse más confiadas y seguras de sí mismas al poder incluso tener una mayor relación social con sus pares.

En cuanto a esto KAGAN J., (1974, pág. 77) expresa que: “Las niñas que maduran pronto tienden a ser menos sociables, expresivas y equilibradas, son más extrovertidas, tímidas y tienen una expresión negativa acerca de la menarquía”.

De acuerdo con el autor, en general los efectos de la maduración temprana o tardía tienen mejor probabilidad de ser negativos cuando los adolescentes son muy diferentes de sus compañeras bien sea porque están mucho o menos desarrolladas

que las otras. Pueden reaccionar ante el interés de las demás personas acerca de su sexualidad, por consiguiente los adultos pueden tratar a una niña que madura pronto con más rigidez y desaprobación.

1.3.3.5 Interés por la apariencia física

La mayoría de los adolescentes se interesan más en su aspecto físico que en cualquier otro asunto de sí mismos, y a muchos no les agrada lo que ven cuando se miran al espejo.

Los adolescentes de ambos sexos se preocupan por su peso, su complexión y rasgos faciales, lo que trae como consecuencia biológica y hasta trastornos psicológicos la aparición del desorden en la salud como:

- Desnutrición,
- Descuido del peso (falta de autoestima)
- Anorexia,
- Bulimia,
- Abuso de alcohol, drogas y otros vicios.

La adolescencia es una etapa muy compleja que afecta a los jóvenes psicológicamente en gran parte, ya que por su afán de verse bien ante sus amigos descuidan su alimentación, ingieren sustancias para bajar de peso, para sentirse bien, las mismas que pueden afectar a su organismo y a sus sistema nervioso dejando en varias ocasiones lesiones irreversibles.

Las chicas tienden en ser menos felices con su aspecto que los varones de la misma edad, sin duda por el gran énfasis cultural sobre los atributos físicos de las mujeres.

1.3.3.6 Desarrollo de inteligencia

Así como contamos con determinadas características físicas, a nivel intelectual contamos con características propias que influyen en la manera en que nos desarrollamos. El estímulo temprano en actividades diversas como el dibujo, el lenguaje y el juego contribuyen a desarrollar la inteligencia y la capacidad de que

concebamos y apliquemos soluciones a problemas que a lo largo de la vida variarán en complejidad.

Frente a esto WIGFIELD, (2006, pág. 82) en la obra Psicología Educativa menciona que “A lo largo de la adolescencia, los cambios en el cerebro mejoran las habilidades para controlar la conducta, en situaciones con niveles altos y bajos de estrés, para ser más propositivo y organizado, así como para inhibir la conducta impulsiva”.

En cuanto a lo mencionado por Wigfiel, el adolescente se desarrolla físicamente, pero al igual obtiene un desarrollo intelectual, por lo que se necesita de mucha comprensión por parte de padres y maestros para lograr captar lo que el adolescente realmente quiere decir. Usualmente no suele expresar bien una idea, apenas comienza a querer tomar parte en pláticas de adultos por lo que se le debe de dar oportunidad de participar y dejarlo expresar su opinión para que así él mismo vaya descubriendo su capacidad intelectual.

La adolescencia es el inicio de la etapa del pensamiento de las operaciones formales, que pueden definirse como el pensamiento que implica una lógica deductiva. La capacidad para entender problemas complejos se desarrolla gradualmente, y se destaca lo siguiente:

1. - La inteligencia sometida: Los brotes de emotividad, las crisis internas, acompañados por los cambios físicos y hormonales propios de la edad, tienen una gran incidencia en el rendimiento intelectual.

Los jóvenes sucumben temporalmente a la incertidumbre y a la ansiedad. En semejante situación reaccionan poniendo en juego sus recursos cognitivos, que al ser desviados de su función original disminuye temporalmente las facultades del individuo.

2. - La experimentación científica: Experimentar significa probar o ensayar distintas hipótesis, buscando la solución de un problema.

3. - Los amigos y enemigos: El adolescente se siente enormemente atado a su grupo y, más aún a sus amigos. Aunque los jóvenes procuran ser más independientes y autónomos día tras día, son capaces sin embargo de someterse voluntariamente a los dictados del grupo de compañeros o amigos.

La amistad en estos momentos es un valor en alza, que los valores suelen depositar en una única persona.

4.- Desarrollo social: A medida que se va desarrollando empieza a ver otras inquietudes a la hora de elegir a un amigo es selectivo tienen que tener las mismas inquietudes, ideales y a veces hasta condiciones económicas; el grupo es homogéneo

Algunos psicólogos se refieren a esta etapa como una de la más crítica del ser humano ya que el adolescente ve a la sociedad o al mundo como un tema de crítica y rechazo.

1.3.3.7 Clasificación de trastornos psicológicos en niños y adolescentes.

El sistema más ampliamente utilizado de clasificación para los trastornos psicológicos en niños y adolescentes es el sistema DSM (Diagnostical and Statistical Manual: Manual Diagnóstico y Estadístico).

Los trastornos psicológicos son dependientes de la cultura, la edad, y el sexo que resalta una visión de mayor determinación socio histórico y cultural de las alteraciones psicológicas.

1.3.3.7.1 Categorías de trastornos en adolescentes: A continuación se detallan 3 tipos de trastornos que afectan a los adolescentes:

1.- Trastornos internalizados.-Son dificultades psicológicas que se consideran dirigidas hacia el interior y sus síntomas fundamentales se asocian con lo que ha dado en denominarse comportamientos sobre controlados.

En esta categoría se incluyen trastornos tales como la ansiedad, la depresión, el rechazo social y el aislamiento así como los trastornos de la alimentación, teniendo una mayor prevalencia, en apariencia, en el sexo femenino.

2.- Trastornos externalizados.-Son patrones de conducta de mala adaptación en niños a lo largo de diferentes situaciones y contextos exteriores, siendo lo fundamental el hecho de que crean problemas a los otros.

En este caso se asocian con lo que ha dado en denominarse comportamientos subcontrolados, también llamados trastornos de conducta, en los cuales los problemas conductuales de niños o adolescentes devienen serios conflictos entre él y su contexto social y son de más frecuente aparición en los varones que en las mujeres.

3.- Trastorno de Déficit de Atención y Trastornos de Hiperactividad.- Es observable cuando los niños a menudo se comportan impulsivamente o actúan sin pensar, un patrón que puede conducir tanto a la fricción social como al fracaso escolar. Parecen tener niveles de energía marcadamente elevados, con preferencias por actividades en ocasiones de gran intensidad

Tienen dificultad para concentrarse o focalizarse en una única actividad y a menudo cambian erráticamente de una tarea a otra sin terminar los proyectos que han empezado.

Muchos de estos niños tienden a no mantener las conductas que se esperan de ellos por más de unos minutos no importa que esto implique la atención sostenida a una tarea o un juego, la espera paciente de un evento deseado, o la modulación de las conductas espontáneas verbales o motoras.

1.3.4 SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Las emociones y sentimientos son estados afectivos presentados por el ser humano. Tienen relación entre sí ya que pertenecen al área vivencial afectiva en cuanto a su forma de aparición y expresión.

La emoción surge ante una situación que aparece de repente, bruscamente. No es instintivo, ni tampoco innato y es el resultado de un aprendizaje. Por lo tanto, es adquirido por procesos complejos de aprendizajes de una cultura y por incorporación de vivencias personales.

Los sentimientos forman un aspecto de la vida interior del hombre. Son una forma de reflejo en el cerebro de las relaciones que el individuo establece con los objetos que satisfacen o impiden la satisfacción de sus necesidades naturales y culturales. Las emociones son las formas concretas a través de las cuales transcurre la vivencia de los sentimientos.

Al respecto la Enciclopedia de Psicología, (1999, pág. 228) dice “Se entiende por sentimiento a un estado de ánimo afligido por un suceso triste o doloroso. Es un estado afectivo que acompaña a las emociones y a las pasiones, y de las que depende su totalidad afectiva”.

Ante lo citado anteriormente se puede decir que los jóvenes y las jovencitas hacen prevalecer sus sentimientos ya sea en el hogar, en el colegio o en su entorno social, pero se hallan en pleno desarrollo de su formación, lo que le impide conquistar su anhelada independencia. Los adolescentes rompen el sentimiento a una moralidad basada en reglas específicas impuestas por los adultos y prefieren obrar en consecuencia con sus propios juicios y sus convicciones personales para estar de acuerdo con sus sentimientos de liberalidad, y de actuar independientemente.

En la adolescencia los contenidos académicos son bastante densos y nos resulta fácil a los estudiantes desarrollarlos a fondo. El mejor camino para inducirle a sus trabajo es acudir al sentimiento positivo de responsabilidad manteniendo en las clases un clima relajado y agradable que haga el estudio más agradable y sugestivo, así como implantar normas justas que sirvan de pauta para que cada tarea sea presentada con agrado.

1.3.4.1 Estudiantes rechazados

Los adolescentes que son rechazados por sus amigos pueden ser deficientes en algunas destrezas sociales, siendo así difícil llevarse bien con ellos, o se puede percibir que son algo diferentes. Los adolescentes rechazados tienen pocos amigos, si tienen alguno por su barrio o escuela. Buscando ansiosamente conectar con jóvenes de su misma edad los adolescentes faltos de destrezas a menudo se

retiran o se esfuerzan demasiado. Algunos adolescentes no son agresivos pero se quedan apartados simplemente son impopulares ignorados y tímidos. Por evitar los encuentros sociales se pierden las propias experiencias psicosociales que necesitan para hacerse más hábiles en las situaciones sociales.

MUSITU, R. (1983, pág. 67) menciona “El estudiante rechazado, se encuentra ante una serie de exigencias en la escuela que lo desbordan. No puede atenderlas todas por no tener, en gran parte de los casos, capacidad suficiente, por lo que recibe una evaluación negativa del profesor y también de los padres, de lo que se desprende que no está suficientemente motivado como para controlar y asumir todo el conjunto de exigencias de los adultos (padres y profesores)”.

Haciendo referencia a lo citado por el autor nos dice que los alumnos que muestran un bajo nivel de aprendizaje son valorados negativamente por parte de sus maestros y padres de familia dándoles un ambiente de miedo, vergüenza y rechazo.

1.3.4.2 Apoyo a los estudiantes rechazados

Para prevenir las situaciones de rechazo entre compañeros, se deben atender a las principales causas que las provocan. El trabajo conjunto de familias y escuelas reforzaría los beneficios de las intervenciones que, por otro lado, son absolutamente necesarias dadas las consecuencias negativas que la condición de rechazo social provoca en la persona. Evitar en la medida de lo posible estos casos y prevenir el surgimiento de casos nuevos es una cuestión pendiente todavía en muchas escuelas, donde la dicotomía entre el objetivo profesional de la mera transmisión de conocimientos o de la formación integral de los estudiantes sigue estando en debate.

Según la Enciclopedia Autodidáctica de Psicología (1989, pág. 475) “Hay que plantear objetivos claros, conocidos y deseados por los estudiantes. Crear un ambiente general en la clase apropiado al tipo de trabajo a realizar. Programar actividades que respondan a las necesidades de los estudiantes. No excluir de la

vida de la escuela el componente afectivo o sentimiento. Favorecer la responsabilidad y la participación en la dinámica escolar”.

Ante lo citado anteriormente, si se sigue estas normas básicas se evitaría herir sentimientos de susceptibilidad o provocar sentimientos no premeditados. Los estudiantes de 15 a 17 años pueden tropezar con fuertes dificultades si se llega a herir sus sentimientos o debido a limitaciones de tipo intelectual y otros ante la incidencia de conflictos socio-afectivos no resueltos y que son tan comunes y corrientes a esta edad.

La Enciclopedia SALVAT, Tomo II (2004, pág. 165) menciona que: “La emoción se caracteriza por irrumpir violentamente frente a un estímulo fuerte interno o externo y por ser de duración corta aunque subsiste cierto tiempo después de haber desaparecido el estímulo”.

En lo referente a las emociones vienen a ser actitudes que todo ser humano posee frente a la activación de un estímulo ya sea interno o externo. Es el interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo, además se puede decir que tiene relación a las tres afecciones del alma: sentimiento, emoción y pasión, respuesta afectiva ante una situación que perturba nuestro espíritu.

Las emociones provocan una fuerte reacción fisiológica y está encaminada al logro o al rechazo de aquello que intuitivamente sentimos como bueno o nocivo y que es la causa de la emoción, que sigue siendo uno de los dominios más investigados por la psicología experimental y por la fisiología. Los resultados experimentales favorecen interpretaciones teóricas que subrayan los factores cognitivos y su interacción con los componentes fisiológicos.

El adolescente tiene una actividad emotiva muy intensa, aspecto que influye en su temperamento y que persiste durante toda la vida. Se sabe que los individuos difieren en intensidad emocional, pero la actual investigación está revelando importantes diferencias en que perciben, piensan y reaccionan ante los acontecimientos, los adolescentes de alta y baja intensidad aún cuando reaccionan

ante acontecimientos cotidianos en tanto que estos permanecen impasibles incluso en las circunstancias más extremas.

1.3.5 AMBIENTE FAMILIAR

El adolescente va desmitificando poco a poco la figura del padre y adopta una postura anti adulta. Los padres deben entender y asimilar esta pérdida de prestigio sin sentirse desvalorizados ni aumentar su severidad

La actitud del muchacho (a) tan solo representa un paso más a la autonomía que debe alcanzar. Actuar de otro modo puede suponer alejarse del hijo cuando en realidad los padres pueden empezar a comunicarse con él de un modo más profundo.

No se trata de jugar a camaradas con el hijo, ni tampoco de prescindir de toda autoridad para conservar su afecto, sino de ajustar la autoridad a su nueva imagen y a su visión de adulto. Si los padres consiguen dar una imagen realista de sí mismos lograrán que el adolescente se sienta más cómodo y reconocido en el seno de la familia.

Ante esto la Enciclopedia Pubertad y Adolescencia, (1993, pág. 342) manifiesta “Durante la infancia se ha estimulado al niño para que desarrolle un tipo de autonomía dirigida, es decir que se le ha ido enseñando a desenvolverse por sí mismo, pero de acuerdo con instrucciones que se le han transmitido; el adolescente se rebela contra este procedimiento y reivindica una autonomía real, su derecho a decidir por cuenta propia cómo hacer las cosas”.

En cuanto a esta referencia se puede decir que muchos adolescentes en efecto muestran todos los síntomas de mantener una verdadera guerra fría con los padres, convencidos de que todavía los siguen tratando como a niños. Reaccionan con absoluta indiferencia y desgana ante todo lo que la familia representa. Pueden enfrentar a padres e hijos.

DUNCAN y BROOKS, Gunn, (2000, pág. 165) en la obra Psicología Educativa dice “Las familias pobres rara vez tienen acceso a cuidados preescolares de alta

calidad para sus hijos pequeños, el tipo de cuidados que fomentan el desarrollo cognoscitivo y social”.

Haciendo referencia a lo citado, los adolescentes que se han criado en medio de una familia con limitaciones económicas tienen más tendencia a no tener un desarrollo cognoscitivo y social tan efectivo, en comparación con adolescentes que se han desenvuelto en una familia con más posibilidades.

1.3.5.1 Ideologías

También las cuestiones ideológicas se convierten a menudo en objeto de disputa. En su mayoría los jóvenes manifiestan su rechazo ante la forma de vida que llevan sus padres y los consideran incapaces de comprender sus ideas y gustos. Sin embargo si los padres acceden a responder a las preguntas de sus hijos y a analizar conjuntamente con ellos sus propias actitudes el dialogo será seguramente eficaz y servirá para que los jóvenes no se encierren en posiciones indecibles y preconcebidas.

Es así que GARCÉS, F., (2010, pág. 16) Ambiente Familiar menciona que:”En relación con su mundo interior el adolescente debe asumir tres pérdidas fundamentales: el cuerpo infantil perdido, el papel y la identidad infantil, y con los padres de la infancia. Estas pérdidas y las transformaciones correspondientes son inevitables para que puedan aceptarse en su nueva situación y moldear una identidad definitiva”

Ante lo expuesto se aduce que todas estas pérdidas y transformaciones que con el tiempo tendrán que ir aceptando y haciendo propias, son vividas al principio por los jóvenes como una invasión y desestabilización. A menudo se les hace difícil a los padres reconocer que su hijo ha dejado de ser un niño al que se puede dirigir fácilmente y se está transformando en una persona adulta con su propia forma de ser, con sus convicciones y preferencias personales.

El conflicto de dependencia-independencia que se instaura entre el joven y sus familiares revestirá distinta intensidad y tendrá mejor o peor solución en función a las relaciones paterno-filiares que hayan existido durante la infancia. Si el diálogo

no se ha establecido anteriormente difícilmente será viable ahora en un periodo tan intempestivo.

1.3.5.2 Influencias Sociales

Los adolescentes se encuentran con dos grandes fuentes de influencia social en su desarrollo: Los, amigos que adquieren un papel fundamental en este periodo; y la familia (especialmente los padres).

A partir de la pubertad la elección de compañeros se basa sobretodo en aspectos individuales del carácter. La simpatía en el momento de la adolescencia se dirige cada vez más hacia la personalidad total del otro; y tiene en cuenta, sobretodo, las cualidades afectivas de éste. Con el desarrollo de la madurez las posibilidades asociativas se multiplican, y las relaciones sociales se descubren mejor. El adolescente no sólo tiene la necesidad de encontrar un amigo, sino, alguien que este con él en todo momento, acompañándolo en sus necesidades internas.

Para los adolescentes la amistad significa entablar relaciones duraderas basadas en la confianza, la intimidad, la comunicación, el afecto y el conocimiento mutuo. Durante este periodo se valora a los amigos principalmente por sus características psicológicas, y por ello los amigos son las personas ideales para compartir y ayudar a resolver problemas psicológicos como pueden ser: La soledad, la tristeza, las depresiones, entre otras. Esta concepción de la amistad en los adolescentes es posible por el avance cognitivo que se produce en la toma de perspectiva social, que consiste en adoptar la posición de una tercera persona para analizar más objetivamente sus relaciones, es decir, tal y como las vería una tercera persona.

Por cuanto TORRES M. (2002, pág. 25) expresa “En la adolescencia surgen muchos conflictos familiares, debido a la curiosidad que se experimenta en esta etapa, como la bebida, la imposición de la moda, cambiar de costumbres, y es parte específica del perfil del joven, ya que, de acuerdo a las apariencias juzga”.

Frente a lo expresado, se puede decir que en plena adolescencia los problemas vienen a ser más comunes por diferentes causas: la comida, el cine, los paseos, los amigos, los bailes, las citas, los estudios, etc. A los cuales los padres tienen que enfrentarse con mano firme para lograr encauzar al joven por el sendero del estudio, la investigación porque de lo contrario el joven tendrá problemas en su rendimiento académico por dejarse influenciar por sus amistades y muchos de ellos se degeneran en el alcohol y en las drogas.

Una vez asumida su condición de joven adulto los conflictos del adolescente se desplazan hacia la reivindicación de ciertos derechos personales como: libertad, independencia, libre elección de amistades, de preferencias y aficiones, etc. En estos momentos necesita experimentar sus propios deseos más allá del círculo familiar.

1.3.6 RENDIMIENTO ACADÉMICO

El rendimiento académico refleja el resultado de las diferentes y complejas etapas del proceso educativo y al mismo tiempo, una de las metas hacia las que convergen todos los esfuerzos y todas las iniciativas de las autoridades educacionales, maestros, padres de familia y estudiantes.

No se trata de cuanta materia han memorizado los educando sino de cuanto de ello han incorporado realmente a su conducta, manifestándolo en su manera de sentir, de resolver los problemas y hacer o utilizar cosas aprendidas.

La comprobación y la evaluación de sus conocimientos y capacidades. Las notas dadas y la evaluación tienen que ser una medida objetiva sobre el estado de los rendimientos de los estudiantes.

Es así que REQUENA L. (1985, pág. 121) asegura que “El rendimiento académico es fruto del esfuerzo y la capacidad de trabajo del estudiante, de las horas de estudio, de la competencia y el entrenamiento para la concentración”.

Ante lo aseverado por Requena, el rendimiento educativo sintetiza la acción del proceso educativo, no solo en el aspecto cognoscitivo logrado por el estudiante, sino también en el conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales, intereses, etc. Con esta síntesis están los esfuerzos de la sociedad, del profesor y del proceso enseñanza – aprendizaje.

1.3.6.1 Etapas del rendimiento académico

Para que este rendimiento sea satisfactorio hay que tener en cuenta las siguientes etapas:

- Identificación de necesidades
- Determinación de metas y objetivos
- Análisis de los recursos necesarios y disponibles
- Evaluación de los logros y estrategias aplicadas para alcanzarlos
- Puesta en práctica, en función de la evaluación de las oportunas correcciones.

En medida en que se apliquen eficazmente estas etapas, el rendimiento obtenido será más satisfactorio.

Por consiguiente PIZARRO, K. (1992, pág. 30) explica que “El rendimiento académico es una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiesta, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación”.

A criterio del investigador, el rendimiento académico desde la perspectiva del niño es la capacidad correspondiente de éste frente a estímulos educativos, la cual es susceptible de ser interpretada según objetivos o propósitos educativos ya establecidos. Aquí el rendimiento es medido en forma cuantitativa o cualitativa para determinar el grado de fijación del nuevo conocimiento o la adquisición de destrezas y habilidades de una disciplina, siempre y cuando tenga una motivación adecuada y de acuerdo al modelo constructivista donde el estudiante es el forjador de su propio conocimiento

Además HIMMEL, (1998, pág. 91) citado por CASTEJÓN C. en su obra el Rendimiento Escolar menciona que: “Rendimiento académico o efectividad escolar, es el grado de logro de los objetivos establecidos en los programas oficiales de estudio”.

Al respecto el investigador opina que el rendimiento escolar es la cantidad de trabajo realizado por una unidad de tiempo. En psicología se habla de rendimiento para referirse a las capacidades del hombre o del organismo determinado que se ponen en acción, a la capacidad afectiva de ejecución o grado de dominio que se demuestra en una tarea. El rendimiento académico es producto de múltiples variables personales, interpersonales y ambientales.

Una forma de expresar el valor del rendimiento se realiza mediante un resultado producto de la puntuación de un test de rendimiento dividido entre el rendimiento esperado y el pronosticado por el test que mide las aptitudes.

1.3.6.2 Elementos del Rendimiento Académico:

Los elementos del rendimiento académico cuya función primordial es la de integrar las experiencias vividas de una forma enriquecedora son:

1.3.6.2.1 El profesorado.- El profesorado es el conjunto de docentes dedicados a impartir nuevas ideas para que luego estas se conviertan en conocimientos.

GUERRERO, citado por Martínez, V. (1997, pág.32) asegura que “Uno de los problemas con que se enfrenta en la actualidad el profesorado de enseñanzas primaria y media es el de la merma del prestigio social”.

De acuerdo con el autor es fundamental que los maestros o docentes en quienes los padres confíen, sean capaces de transmitir valores claros, autoestima. Los maestros deben conocer el ambiente y aceptarlo si quieren ayudar a los niños a que vean estos dentro del mismo. En todos los ambientes el niño tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

1.3.6.2.2 El conocimiento.- Son hechos, o datos de información adquiridos por una persona a través de la experiencia o la educación, la comprensión teórica o práctica de un asunto u objeto de la realidad.

RAMÍREZ M. (1997, pág. 3) indica que “El conocimiento de uno mismo es una teoría, es lo que la persona cree de sí mismo y siente sobre sí mismo, aunque lo que crea y sienta no se corresponda con la realidad y, en función de ello, así se comporta”.

Acerca de lo manifestado por el autor el conocimiento es el concepto o la noción que adquiere una persona en el transcurso de su vida, se crea en nuestra mente de acuerdo a nuestras percepciones y sensaciones acerca de algo.

1.3.6.2.3 Educación.- Los educadores deben estar conscientes de los distintos ritmos de desarrollo de cada niño, para que el mismo se sienta cómodo con el propio y capacidad de desarrollo. Los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo. Su comprensión o la ausencia de la misma, pueden favorecer o hacer la personalidad que se desarrolla y está en vías de manifestarse.

Las facultades del ser humano se encuentran en las áreas: cognitiva, afectiva y motriz, para el desarrollo armónico de estas, es necesaria una educación integral verdadera, la que esté en permanente interacción con los elementos que la componen y que responda a las exigencias del medio

1.3.7 ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Las estrategias de aprendizaje son ideas para lograr metas de aprendizaje, algo así como un plan general de ataque. Rara vez se enseña de manera directa, tanto estrategias de aprendizaje poderosas y complejas como habilidades de estudio antes del bachillerato o la universidad, de manera que los estudiantes tienen escasa práctica con estas estrategias. En contraste, por lo general los estudiantes descubren el aprendizaje por repetición y por memorización por su cuenta, desde una edad temprana por lo que llegan con una amplia práctica en estas estrategias.

Y por desgracia algunos profesores consideran que memorizar es aprender.

Las estrategias de aprendizaje facilitan los procesos de enseñanza aprendizaje; están intrínsecamente relacionados con el pensamiento metacognitivo, en el sentido que el estudiante dirige y controla su propio proceso de aprendizaje, donde, se espera que en la etapa universitaria sea capaz de utilizar diversas estrategias para mejorar y aplicar los conocimientos que ya posee con los conocimientos nuevos que va adquiriendo en su proceso de formación.

Las estrategias de aprendizaje influyen en las actividades de procesamiento de la información, dando indicios que cuando se aprenden las estrategias de aprendizaje se han adquirido procedimientos que permiten aprender a aprender.

Según MONTANERO, O., (2001, pág. 28) menciona “Estrategias metodológicas se refieren a la estrategia como procedimiento heurístico o incluso como técnica de aprendizaje, aunque también con dificultad de delimitarlo.”

En cuanto a lo manifestado, las estrategias de aprendizaje son un conjunto de operaciones, pasos, planes, rutinas que usan los estudiantes para facilitar la obtención, almacenamiento, recuperación, y uso de información al aprender.

Las estrategias de aprendizaje, por tanto, pueden encuadrarse dentro del procesamiento de la información: adquisición, codificación y recuperación, como procedimientos o actividades mentales que van a facilitar dichos procesos de adquisición, codificación y recuperación, idea en la que se apoya el presente estudio.

Mientras tanto MONTERREY, G. (1994, pág. 76) define a las Estrategias Metodológicas como “Procesos de toma de decisiones (conscientes e intencionales) en los cuales el alumno escoge y recupera de manera coordinada los conocimientos que necesita para complementar una determinada demanda u objetivo, dependiendo de las características de la situación educativa en que se produce la acción”.

Ante la mención del autor, se puede decir que las estrategias de aprendizaje varían de acuerdo al entorno, realidad, cultura, religión, y otros factores que varían de un

país a otro, de una ciudad a otra; el diseño se basa en las características propias del interesado, basado en estudios comprobados y probados.

Según diversos autores se establece tres clases de estrategias de aprendizaje:

1.-Las estrategias cognitivas: Son el conjunto de estrategias que se utilizan para aprender codificar, comprender y recordar la información al servicio de unas determinadas metas de aprendizaje.

2.-Las estrategias metacognitivas: Son aquellas que hacen referencia a la planificación, control y evaluación por parte de los estudiantes de su propia cognición.

3.-Las estrategias de manejo de recursos: Son una serie de estrategias de apoyo que incluyen diferentes tipos de recursos que contribuyen a que la resolución de la tarea se lleve a buen término.

1.3.7.1 Aprendizaje memorístico: Consiste en repetir una y otra vez la información que se ha de aprender en la memoria de trabajo, hasta lograr establecer una asociación para luego integrarla en la memoria a largo plazo. Las estrategias de repaso simple y complejo son útiles especialmente cuando los materiales que se ha de aprender no poseen o tienen escasa significatividad lógica, o cuando tienen poca significatividad psicológica para el aprendiz.

1.3.7.2 Aprendizaje significativo: Permiten un tratamiento y una codificación más sofisticados de la información que se ha de aprender, porque atienden de manera básica a su significado y no a sus aspectos superficiales, logra una representación correcta de la información, explotando ya sea las relaciones posibles entre distintas partes de la información y/ o las relaciones entre la información que se ha de aprender y las formas de organización esquemática internalizadas por el aprendiz.

Manual de Educación (pág. 132) “El aprendizaje significativo se diferencia del aprendizaje repetitivo fundamentalmente, en que, como dice J. Piaget, el primero consiste en provocar un estímulo a los estudiantes para que modifiquen su

conocimiento construyéndolo ellos mismos, mientras que el segundo se limita a la mera acumulación de conocimientos”.

La construcción del aprendizaje significativo implica la participación del estudiante en todos los niveles de su formación, por lo que deja de ser un mero receptor pasivo para convertirse en elemento activo y motor de su propio aprendizaje.

1.3.7.3 Estrategias de Aprendizaje Significativo: A continuación se detallan las siguientes estrategias del aprendizaje significativo:

Objetivos.- Genera las expectativas apropiadas para la asignatura o materia en estudio.

Resumen.- Síntesis y abstracción de la información relevante de un discurso oral o escrito.

Organizador previo.- Información introductoria que tiende un puente cognitivo entre la información nueva y la previa.

Ilustraciones.- Representaciones visuales de objetos, conceptos, situaciones de teoría o tema.

Analogías.- Es la relación que se le indica entre algo conocido con algo desconocido por el alumno a fin de familiarizar términos.

Preguntas intercaladas.- Mantienen la atención y favorecen la práctica, la obtención y retención de información relevante.

Pistas topográficas y discursivas.- Señalamientos que se hacen en un texto o en la situación de enseñanza para y organizar elementos relevantes del contenido por aprender.

Mapas conceptuales y redes semánticas.- Representación gráfica de esquemas de conocimiento.

Uso de estructuras textuales.- Organizaciones retóricas de un discurso oral o escrito que influye en su comprensión y recuerdo.

1.3.8 LA MOTIVACIÓN

La mayoría de los educadores coinciden en que la motivación de los estudiantes es una de las tareas fundamentales de la enseñanza. Para que los estudiantes aprendan, deben participar a nivel cognoscitivo, emocional y conductual en actividades productivas de la clase. La motivación se define como un estado interno que activa, dirige y mantiene el comportamiento. La motivación ayuda en el comportamiento humano mejorando las relaciones entre compañeros de trabajo.

La motivación es un tema vasto y complejo que abarca muchas teorías, algunas se elaboraron gracias al trabajo con animales de laboratorio, otras con seres humanos en situaciones donde se utilizaron juegos y acertijos. Según la perspectiva conductista entender la motivación del alumno inicia con un análisis cuidadoso de los incentivos y las recompensas que están presentes en el salón de clase.

Es así que SOLANA, R. (2004, pág. 3) La Motivación menciona que: “La motivación es un proceso o combinación de procesos que coinciden en influir en la conducta de las personas, es la causa del comportamiento de las personas”.

Haciendo mención a lo citado por el autor la motivación es un incentivo para que un individuo realice un acto que desea, participa en la estabilidad emocional de la persona tomando en cuenta sus diferencias individuales. Si no existe una verdadera motivación, no existe el interés esencial de las partes interesadas para realizar con su responsabilidad una tarea encomendada, motivar significa vivir, es sentir el deseo de ser alguien y de sobresalir en medio de grandes dificultades, problemas e impedimentos que tiene una persona en el desempeño de sus funciones.

Según, KOONTZ H. y HEINZ HRI W, citado por Noriega D. (2000, pág. 29) “Motivación es satisfacer impulsos y deseos”.

Puesto que la naturaleza y fuerza de las necesidades específicas es una cuestión muy individual, es obvio que no se podrá encontrar ninguna guía ni métodos universales para motivar a la gente. La motivación viene a ser el conjunto de

fuerzas que impulsan a los individuos a alcanzar una meta determinando sus comportamientos y sus conductas, suele responder a una necesidad vital del individuo. Es la vigorización y encausamiento de la conducta, dar energía a la conducta y dirigirla hacia una meta. Las variables motivacionales juntamente con las circunstancias son los determinantes más importantes de la conducta.

JIMÉNEZ D. (2001, pág. 28) “La motivación son una serie de pasos que nos mueven a actuar. Para que desees moverte, primero necesitas saber hacia dónde moverte”

La mención que hacen los autores anteriormente citados sobre la motivación ha sido conceptualizada como un estado interno que provoca una conducta; como la voluntad o disposición de ejercer un esfuerzo; como pulsiones, impulsos o motivos que generan comportamientos; como fuerza desencadenante de acciones; como proceso que conduce a la satisfacción de necesidades. Con el tiempo han terminado por imponerse estas dos últimas concepciones: la posición de quienes definen la motivación como una fuerza o conjunto de fuerzas, y la visión de quienes la conciben como un proceso o serie de procesos.

Para PARRA, M. (2005, pág. 37) La motivación dice que: “La motivación consiste en el intento de proporcionar a los estudiantes una situación que les induzca a un esfuerzo intencional, a una actividad orientada hacia determinados resultados queridos y comprendidos”

Ante lo dicho por el autor, la motivación en el estudiante es un proceso psicológico que determina la realización de actividades y tareas educativas que contribuyan a que el estudiante participe en ella en forma directa, activa y persistente y que posibilite el aprendizaje, así como la adquisición de conocimientos, destrezas y habilidades.

1.3.8.1 Los tipos de motivación.

La motivación se basa en los factores internos y personales como necesidades, intereses y curiosidad, mientras que otras señalan factores externos y ambientales

como recompensas, presión social, castigo, etc. Estos factores engloban al estudiante y se clasifican en dos tipos de motivación:

1.- Motivación Intrínseca: Se evidencia cuando el individuo realiza una actividad por el simple placer de realizarla sin que nadie de manera obvia le de algún incentivo externo. Un hobby es un ejemplo típico, así como la sensación de placer, la autosuperación o la sensación de éxito

ANDERMAN, (2009, pág.377) Psicología Educativa menciona: “La motivación intrínseca es la tendencia natural del ser humano a buscar y vencer desafíos, conforme perseguimos intereses personales y ejercitamos capacidades. Cuando estamos motivados intrínsecamente no necesitamos ni incentivos ni castigos, porque la actividad es gratificante en sí misma”.

Al respecto con lo mencionado, se puede decir que una persona está motivada de manera intrínseca cuando ejecuta una actividad que es de su agrado e incluso la complace satisfactoriamente, dicho de esta manera no es necesario que le ofrezcan un incentivo, ni que tampoco la realice por obligación, sino que lo hace por voluntad propia.

2.- Motivación Extrínseca: Aparece cuando lo que atrae al individuo mismo de uno no es la acción que se realiza en sí, sino lo que se recibe a cambio de la actividad realizada (por ejemplo, una situación social, dinero, comida o cualquier otra forma de recompensa).

REEVE y JANG, (2006, pág. 377) Psicología Educativa dice “Los alumnos que leen o practican el nado de dorso o la pintura, tal vez lo hacen porque algo o alguien externo está influyendo en ellos (*locus externo de control/ motivación extrínseca*)”

De acuerdo con la mención anterior, cuando a una persona le exigen realizar una actividad en contra de su voluntad, la ejecuta por obligación o necesidad más no porque sea su deseo, se puede decir que en esta situación existe una motivación extrínseca ya que se da por factores externos a ella.

Si se refuerza al estudiante de manera constante por ciertas conductas, desarrollara hábitos o tendencias para actuar de ciertas formas.

1.3.9 PROGRAMA MOTIVACIONAL

Toda institución pública o privada debe actualizarse con herramientas modernas que incentiven y motiven al personal de la institución. La administración debe buscar, adecuar e implementar los instrumentos, programas y documentos que se conviertan en una guía que servirá para la toma de decisiones referente a los estudiantes y su desempeño académico.

El objetivo principal del un programa de motivación es encaminar las actividades de los estudiantes para obtener resultados satisfactorios, este documento es de gran importancia, ya que orienta la metodología para que influya en el nivel de la motivación de los estudiantes logrando el clima organizacional adecuado para que determine la eficiencia en el rendimiento académico de los mismos.

Ante esto OQUENDO, A. (2006, pág. 49) expresa “El énfasis puesto tanto por psicólogos como por sociólogos, en la multiplicidad y multidimensionalidad de la autoestima, ha llevado a la conclusión de que no es apropiado, ni posible, referirse a un programa motivacional sin abarcar un enfoque psico social”.

Con respecto a lo expresado por el autor, se puede decir que la era de la globalización, ha dado una nueva perspectiva de los procesos en la economía, por lo que la educación no puede ser excepción. La integración de lo psicológico y el desarrollo social unido a la motivación podrá encaminar a los jóvenes de este siglo, prometedores individuos que tienen a su alcance la tecnología y conocimientos vastos para emprender un mejor futuro.

Detrás de cada modelo de enseñanza existe una intencionalidad pública y política. El currículo escolar ofrece al estudiante como posibilidad de aprender, conceptos, procedimientos y actitudes abarca también aquellos medios a través de los cuales la escuela proporciona estas oportunidades. Tales como:

1. Lo sociológico, que recoge las demandas sociales y culturales respecto al proceso de enseñanza
2. Lo psicológico, que aporta información relativa a las variables personales y situacionales implicadas en el aprendizaje.
3. Lo pedagógico, que se encarga de señalar las estrategias adecuadas para la potenciación del proceso.
4. Lo epistemológico, que aporta la información básica para la selección de contenidos de la enseñanza dentro de cada una de las disciplinas que configuran el currículo.

Ante esto se puede aducir que la era de la globalización, ha dado una nueva perspectiva de los procesos en la economía, por lo que la educación no puede ser excepción. La integración de lo psicológico y el desarrollo social unido a la motivación podrá encaminar a los jóvenes de este siglo, prometedores individuos que tienen a su alcance la tecnología y conocimientos vastos para emprender un mejor futuro.

1.3.9.1 Evaluación Psicológica en el área educativa

La evaluación es un tema que debería ser tratado con mucha prudencia por el educador, ya que sus efectos podrían desencadenar en el autoestima del estudiante debido a los resultados que se generen en base a sus destrezas y la comparación que podría surgir entre uno y otro alumno así como la publicación de los mismos, sea tomado como una política de honestidad pero interpretado por algunos como falta de privacidad.

KAUFMAN G.; Rafael y ESPELAN, P. (2005, pág. 11): menciona “Los estudiantes aprenden que el poder personal implica cuatro aspectos: ser responsable, aprender a elegir, llegar a conocerse y utilizar el poder personal tanto en las relaciones como en la vida”.

En cuanto se refiere a la expresión anterior, al relacionar estos aspectos, el estudiante estará abarcando un desarrollo integral o en otras palabras un escenario motivacional que le ayuda como programa no solo dentro del plantel sino también fuera de él como individuo.

1.3.9.2 Componentes para una adecuada intervención motivacional

1. Planteo general teórica y metodológicamente sustentado: no hay mejor práctica que una buena teoría.
2. Realizar una evaluación completa de la situación: analizar el grado de autonomía y competencia, las metas que se plantea el alumno y las personas relevantes que participan de la actividad, la forma de planificar y controlar la actividad y la evaluación del auto mensaje, atribuciones y expectativas. Más importante que la evaluación en sí misma, es hacer conscientes a los actores de su falta de motivación por el aprendizaje.
3. Determinar la dirección del cambio motivacional: La fuente de información para determinar los objetivos del cambio motivacional surge de lo que la evidencia empírica actual ha destacado y determinado como criterios fundamentales para esa intervención motivacional.
4. Planificar el modo de intervención: se sugiere comprender los elementos significativos del nuevo patrón, aprender en la práctica, identificar las condiciones, saber cuándo y cómo actuar y aprender a conocer y valorar las ventajas del cambio (beneficios sociales y personales).

1.3.9.3 Test para evaluar la autoestima

Existen diferentes tipos de test para considerar el nivel de autoestima, efectuado por estudios científicos efectuados por profesionales, entre ellos:

- The Tennessee Self-Concept Scale (TSCS) de Bishop y otros (1997)
- Dimensions of Self-Concept DOSC de Gribbons y otros (1995)
- TEST VA Grajales-Valderrama 2000.- Se la define como la actitud positivo-negativa. Las escalas de la personalidad de la autoestima, agrega la presentación, incluyen a menudo la palabra confianza en los ítems positivamente redactados, sensación confiante sobre sus propias capacidades mentales y físicas o sobre ser validado, el ser tenido como una persona agradable y admirado por otras, y las palabras referentes a positivo-negativo, sensación satisfecha o insatisfecha, su aspecto o sus capacidades, sensación avergonzada, preocupada, ansiosa o depresiva.

CAPÍTULO II

2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

2.1 BREVE CARACTERIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

El 18 de agosto de 1973 por Decreto Supremo del General Guillermo Rodríguez Lara, se crea el Colegio Nacional “Tanicuchi” abrigando la esperanza de cubrir las necesidades de los jóvenes de esta parroquia y trazándose varios objetivos comunes como son: educar para la libertad; encaminar la capacidad creadora de los estudiantes para llegar a ser personajes valiosos de la historia de este suelo ecuatoriano.

Concientizados de la gran responsabilidad de forjar juventudes, se inician apenas 6 profesores, 1 secretaria y 1 conserje en esta pequeña Institución Educativa pero majestuosa en los frutos del porvenir. Su primer Rector fue el Sr. Nelson Castillo quien tuvo a su cargo 64 estudiantes. El plantel laboraba en una casa arrendada y más tarde se traslado a la escuela “Manuel Quiroga” en donde funciona actualmente la escuela “Batalla de Panupali”.

En 1977 la Institución toma un matiz diferente en todo sentido: pasa a llamarse Colegio Nacional “General Marco Aurelio Subía Martínez”, en honor a este laticungueño que se entregó plenamente al servicio del país como General de las Fuerzas Armadas hasta el día de su muerte el 24 de mayo de 1981 junto con el presidente Jaime Roldós Aguilera.

Además se incrementan a lo largo de los años carreras con las cuales el estudiante pueda ser un sujeto productivo dentro de la sociedad.

Actualmente esta Institución ha progresado notablemente, cuenta con personal administrativo, 24 profesores, 384 estudiantes, 2 canchas múltiples, 14 aulas, 6 oficinas, 2 talleres y 1 laboratorio. Tiene sus carreras técnicas como son:

Electricidad y Electrónica; la especialidad de Químico Biólogo y la carrera corta de Cosmetología y Belleza, que a pesar de sus múltiples necesidades económicas viene realizando notables esfuerzos para entregar jóvenes capaces al mundo del trabajo.

Los ciudadanos de esta parroquia tan productiva, serán jueces de la labor docente, ellos serán quienes valoren o juzguen el producto formado en esta Institución.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

2.2 ENCUESTA APLICADA AL RECTOR Y DOCENTES

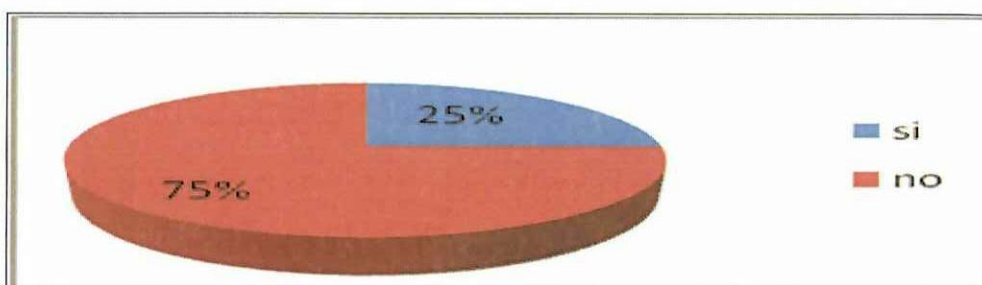
1. ¿Motivan a los estudiantes en la institución?

TABLA N° 2.1 DOCENTES

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	2	25 %
NO	6	75 %
TOTAL	8	100 %

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRÁFICO N° 2.1 DOCENTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

De la población encuestada, el 25% responde que si motivan a los estudiantes, mientras que el 75% responde que no los motivan.

Análisis: Se observa que solo un bajo porcentaje de docentes afirman motivar a los estudiantes al momento de obtener buenas calificaciones, mientras que en un porcentaje mayor dicen que la motivación no es necesaria, que la motivación debe ser en el hogar. Estos resultados verifican que se hace necesario un Programa Motivacional para la autoestima.

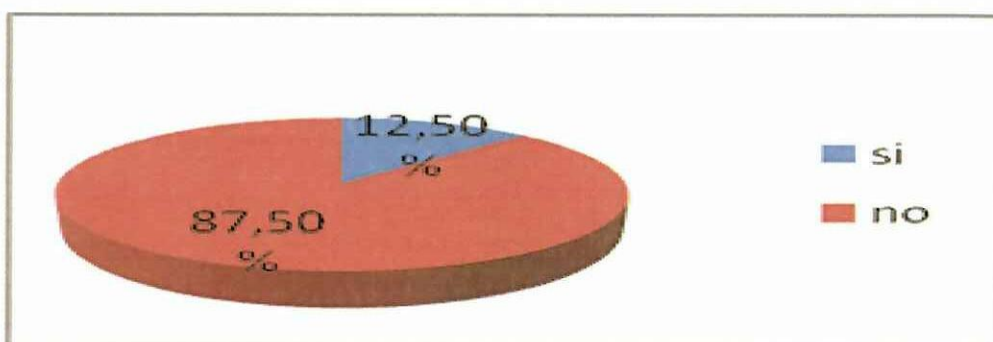
2. ¿Evalúan a los estudiantes de forma correcta?

TABLA N° 2.2 DOCENTES

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	1	12.5 %
NO	7	87.5 %
TOTAL	8	100 %

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRÁFICO N° 2.2 DOCENTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 12.5% afirma que si evalúan de manera correcta a los estudiantes, mientras que el 87.5% responde que los estudiantes no son evaluados.

Análisis:

Claramente se puede observar que pocos son los docentes que evalúan de manera correcta a los estudiantes, mientras tanto son más los docentes que lo hacen de la forma tradicional. Los porcentajes obtenidos evidencian el problema de investigación debido a la falta de un Programa Motivacional para la autoestima.

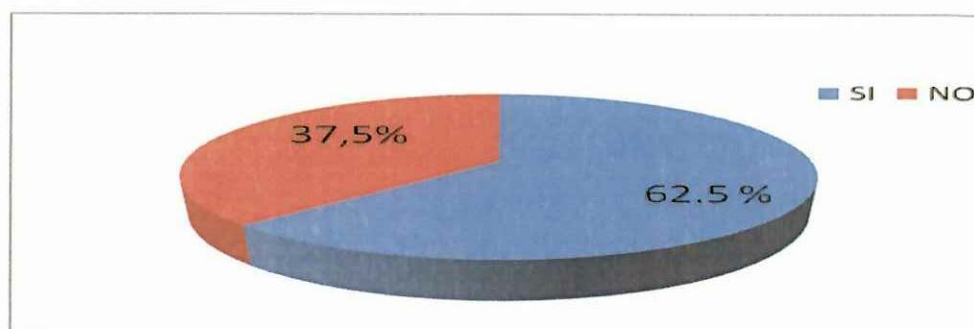
3. ¿A notado que sus estudiantes carecen de autoestima?

TABLA N° 2.3 DOCENTES

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
NO	3	37.5 %
SI	5	62.5 %
TOTAL	8	100 %

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRÁFICO N° 2.3 DOCENTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 37.5% manifiesta, que los estudiantes no carecen de autoestima, mientras que el 62.5% dicen que si carecen de autoestima.

Análisis: Con los resultados obtenidos se conoce que hay falta de autoestima en los estudiantes por lo perjudica directamente en su aprendizaje y por ende en su rendimiento académico lo que hace necesario un Programa Motivacional en la institución.

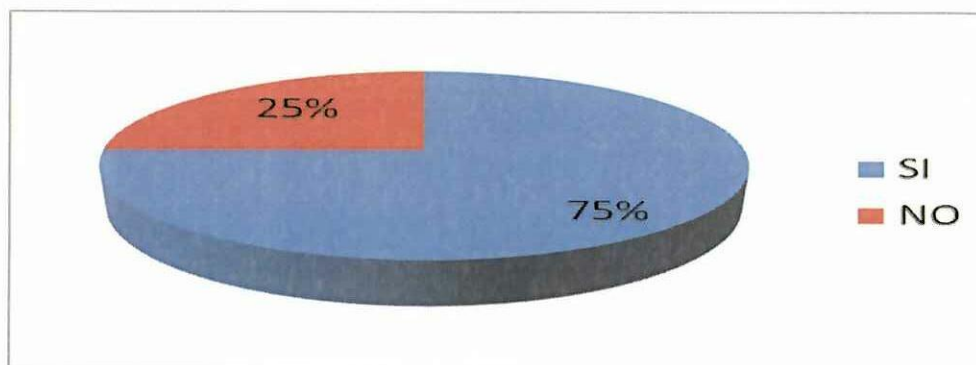
4. ¿Cree usted que es necesario un Programa Motivacional para elevar la autoestima en los estudiantes?

TABLA N° 2.4 DOCENTES

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
NO	2	25 %
SI	6	75 %
TOTAL	8	100 %

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRÁFICO N° 2.4 DOCENTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 25% aseguran que los alumnos no necesitan un Programa motivacional, mientras que el 75% responde que los alumnos necesitan de manera urgente un Programa Motivacional para el autoestima.

Análisis: Se puede apreciar que la mayoría de docentes piensan que es necesario y de manera urgente la incrementación de un Programa de Motivación para la Autoestima.

2.3 ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA

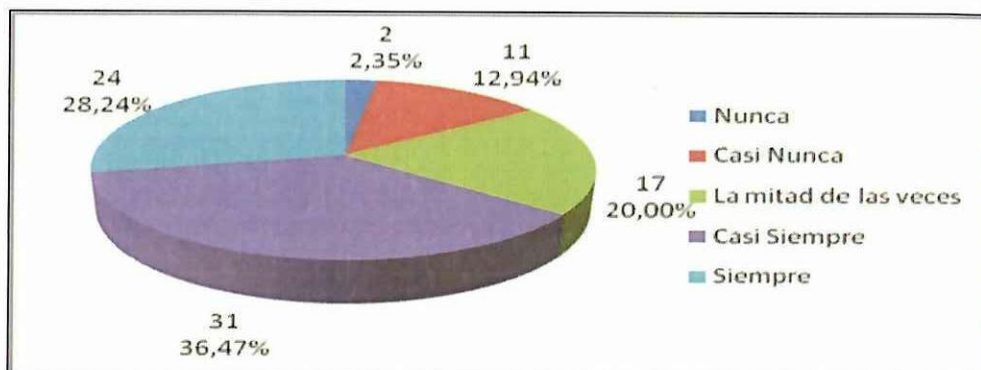
1.- Me siento cómodo respecto a mi imagen física

TABLA N° 2.1 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	2	2,35
Casi Nunca	11	12,94
La mitad de las veces	17	20,00
Casi Siempre	31	36,47
Siempre	24	28,24
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.1 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 2,35% consideran que nunca se han sentido cómodos respecto a su imagen física; el 12,94% casi nunca; el 20% la mitad de las veces; el 36,47% casi siempre y el 28,24% siempre.

Análisis: El porcentaje es bajo, la autoestima del adolescente por su apariencia física es aceptable, tomando en cuenta que son mujeres las que calificaron en este rango, notándose que los varones no lo consideran muy relevante.

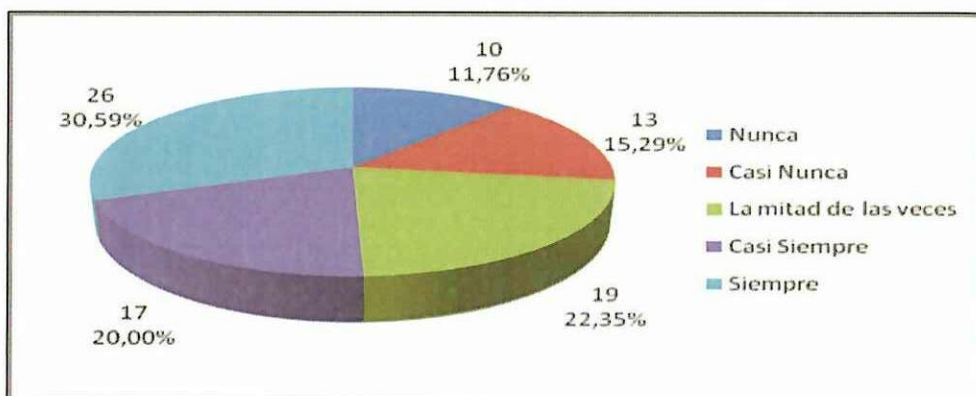
2.- Tengo la sensación de ser una persona sin ningún atractivo físico

TABLA N° 2.2 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	10	11,76
Casi Nunca	13	15,29
La mitad de las veces	19	22,35
Casi Siempre	17	20,00
Siempre	26	30,59
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.2 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 11,76 % consideran que nunca han tenido la sensación de no tener un atractivo físico, el 15,29% casi nunca; el 22,35% la mitad de las veces; el 20% casi siempre y el 30,59% siempre han sentido no tener un atractivo físico.

Análisis: La seguridad de atraer físicamente a otros es bajo, ya que siempre y casi siempre los adolescentes creen no tener atractivos físicos, la mayoría de ellos, tienen edad de 14 y 15 años, por lo que aún no se han desarrollado en su totalidad.

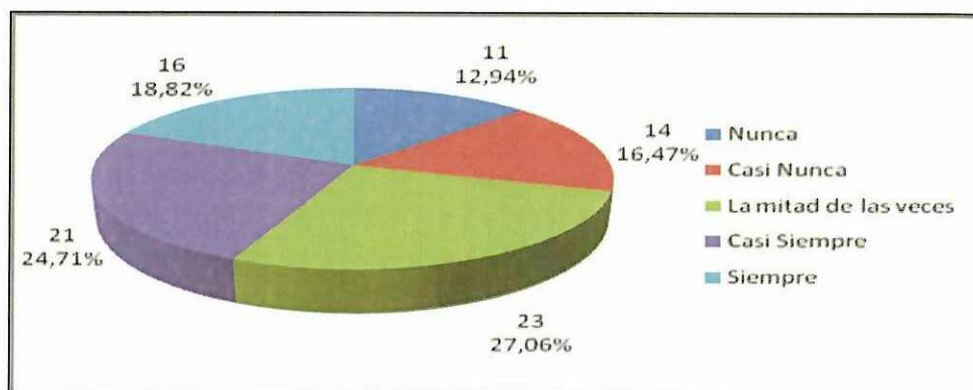
3.- No tengo ningún talento en especial

TABLA N° 2.3 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	11	12,94
Casi Nunca	14	16,47
La mitad de las veces	23	27,06
Casi Siempre	21	24,71
Siempre	16	18,82
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.3 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 18,82% de los adolescentes afirman que siempre consideran no tener ningún talento en especial; casi siempre el 24,71%; la mitad de las veces lo dicen el 27,06%; casi nunca el 16,47% y nunca han pensado de manera negativa hacia la posesión de talentos especiales el 12,94%.

Análisis: Un alto porcentaje de alumnos de los décimos años siente no tener talentos en especial, sea por diversos motivos, la educación no da lugar al descubrimiento de los talentos que puede desarrollar o tener el estudiante.

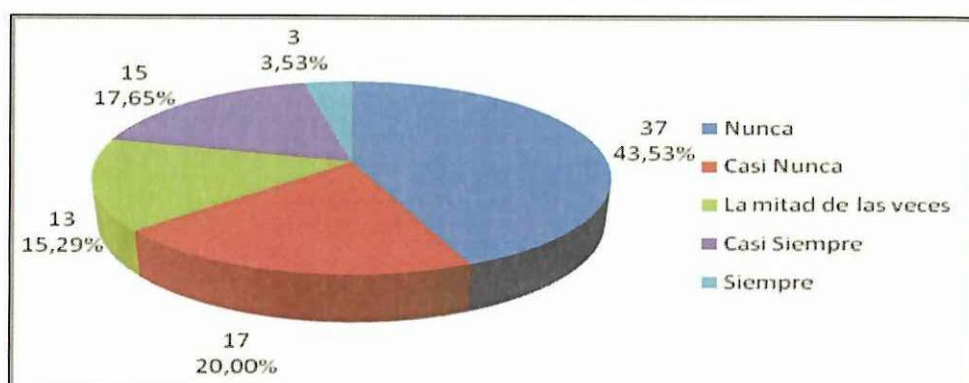
4.- Siento que la gente que conozco es mejor que yo

TABLA N° 2.4 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	37	43,53
Casi Nunca	17	20,00
La mitad de las veces	13	15,29
Casi Siempre	15	17,65
Siempre	3	3,53
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.4: ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 43,53% nunca han sentido que la gente que conocen sea mejor que ellos; el 20% casi nunca; el 15,29% la mitad de las veces; el 17,65% casi siempre y apenas el 3,53% siempre lo han pensado.

Análisis: Tomando en cuenta las dos últimas opciones, los adolescentes solo sentirían si otros son mejores que ellos al realizarse comparaciones interpersonales.

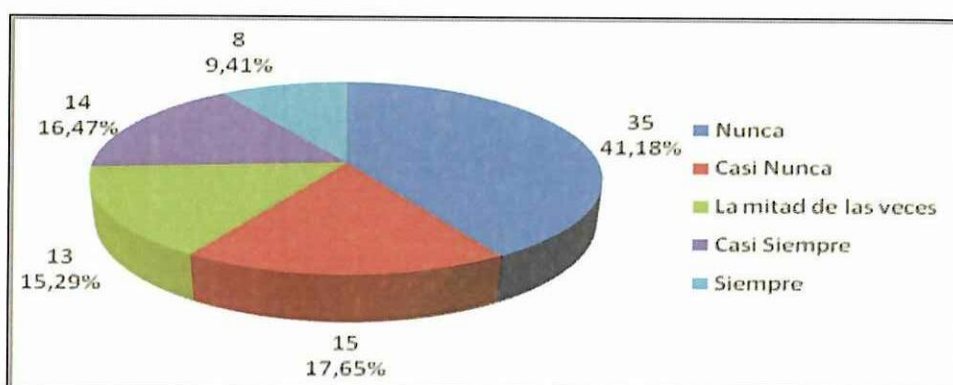
5.- Me asusta ser rechazado por mis amigos

TABLA N° 2.5 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	35	41,18
Casi Nunca	15	17,65
La mitad de las veces	13	15,29
Casi Siempre	14	16,47
Siempre	8	9,41
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.5: ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

Un alto porcentaje, es decir el 41,18% nunca les asusta ser rechazados por sus amigos; el 17,65% casi nunca; el 15,29% la mitad de las veces; casi siempre el 16,47% y el 9,41% siempre les asusta ser rechazados por sus amigos.

Análisis: La sociabilidad es importante para el desarrollo de los seres humanos, sobre todo en esta etapa de la adolescencia, la figura de los amigos; el criterio propio y las decisiones de las personas se ven basadas en lo que piensen los amigos para un pequeño porcentaje de los encuestados.

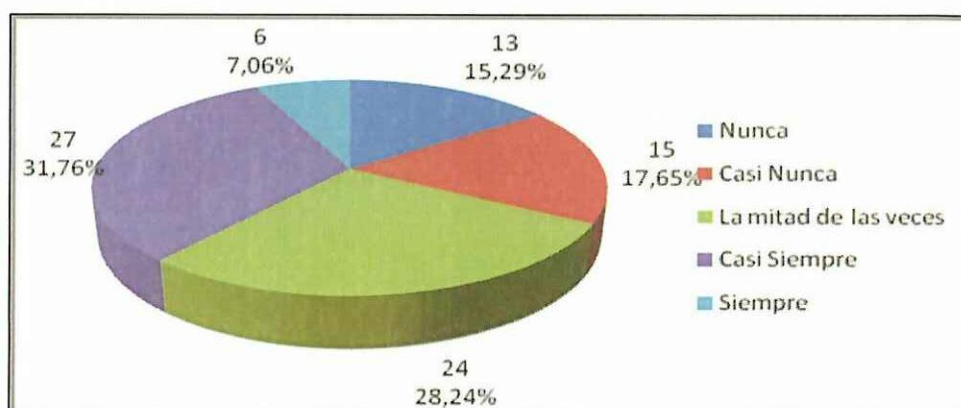
6.- Me siento incapaz de ser sobresaliente en el colegio

TABLA N° 2.6 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	13	15,29
Casi Nunca	15	17,65
La mitad de las veces	24	28,24
Casi Siempre	27	31,76
Siempre	6	7,06
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.6 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

Nunca sentirse incapaz de ser sobresaliente en el colegio es considerado por el 15,29%; casi nunca para el 17,65%; la mitad de las veces para el 28,24%; casi siempre el 31,76%; y el 7,06% siempre se sienten incapaces de ser sobresalientes.

Análisis: Esta vez la inseguridad de ser sobresalientes es alta, pues es decir casi no hay una determinación de querer alcanzar una meta.

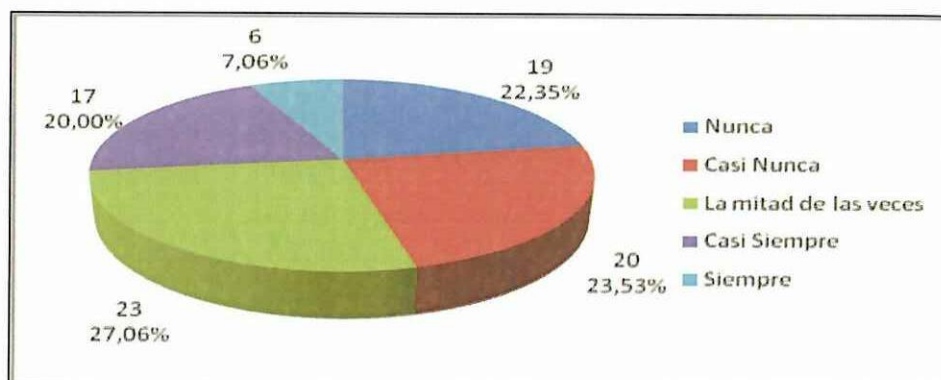
7.- Si el profesor me pide que participe en clase, me siento incómodo

TABLA N° 2.7 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	19	22,35
Casi Nunca	20	23,53
La mitad de las veces	23	27,06
Casi Siempre	17	20,00
Siempre	6	7,06
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.7 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

El 22,35% de estudiantes aseguran que nunca se sienten incómodos de participar en clase cuando se lo pide el profesor; casi nunca el 23,53%; la mitad de las veces el 27,06%; el 20% casi siempre, y el 7,06% siempre les incomoda.

Análisis: Casualmente la misma cantidad de chicos que nunca creen ser sobresalientes también se siente incómoda de participar en clase, aunque en los otros casos prefieran participar a pesar del resultado sobresaliente.

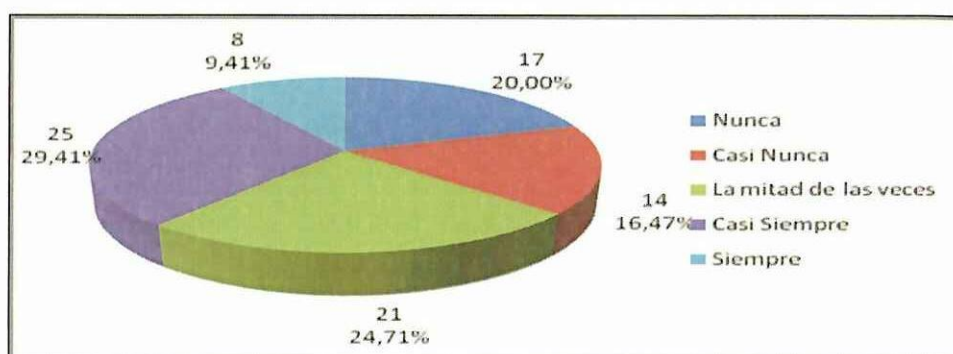
8.- Pienso que mis trabajos no son tan buenos como los de mis compañeros

TABLA N° 2.8 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	17	20,00
Casi Nunca	14	16,47
La mitad de las veces	21	24,71
Casi Siempre	25	29,41
Siempre	8	9,41
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.8 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

Las personas que siempre creen que sus trabajos no son tan buenos como los de sus compañeros son el 9,41%; casi siempre el 29,41%; la mitad de las veces es una apreciación para el 24,71%; casi nunca el 16,47% y nunca es el 20% quienes tienen la seguridad que sus trabajos son buenos sin recurrir a la comparación para saberlo.

Análisis: Se puede aducir que el porcentaje más elevado es que, los estudiantes crean la mitad de las veces que sus trabajos no son tan buenos como los de sus compañeros, lo cual demuestra que tienen poca confianza en sus capacidades intelectuales.

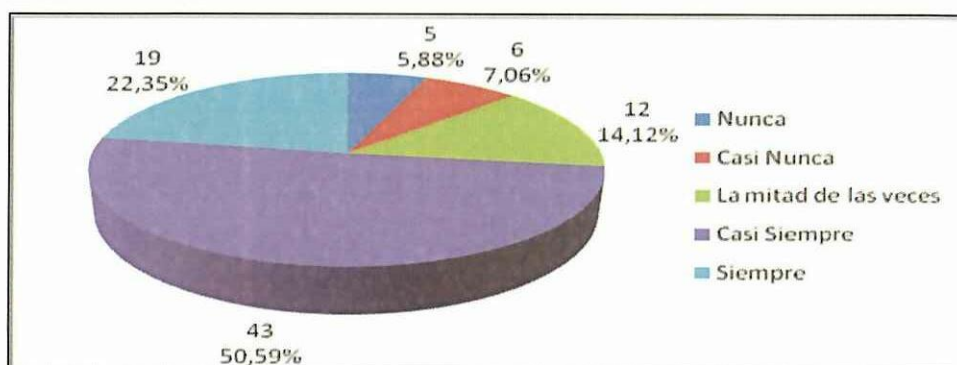
9.- Me siento motivado para estudiar

TABLA N° 2.9 ESTUDIANTES

OPCIÓN	F	%
Nunca	5	21,00
Casi Nunca	6	7,06
La mitad de las veces	12	14,12
Casi Siempre	43	50,59
Siempre	19	22,35
TOTAL	85	100

FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

GRAFICO N° 2.9 ESTUDIANTES



FUENTE: Colegio Fiscal Mixto "Marco Aurelio Subía"
ELABORADO POR: Jácome Molina Andrea Nataly

Interpretación:

Los estudiantes que nunca se sienten motivados para estudiar son el 5,88%; casi nunca el 7,06%; la mitad de las veces el 14,12%; casi siempre el 50,59%; y el 22,35% siempre están motivados para estudiar.

Análisis: Un elevado porcentaje demuestra optimismo en el estudio, aunque sería lo más óptimo que no existan jovencitos sin motivación para estudiar, ello repercute en el nivel sobresaliente o rendimiento académico, los talentos que se destaque, la responsabilidad y la participación en clase.

2.4 Conclusiones y Recomendaciones

2.4.1 Conclusiones

No existe un Programa Motivacional, por lo que existen estudiantes con baja autoestima, pues consideran que no son tan buenos como otras personas que conocen, siendo un detonante en el autoconcepto del individuo, y en su relación con su entorno.

Con la aplicación de las encuestas a la respectiva población se puede notar claramente que no existe la motivación necesaria para un mejor aprendizaje en los estudiantes de la institución.

El Rectorado desconoce la manera de insertar el programa en la Institución, junto con los procedimientos, equipo y evaluación con enfoque motivacional, el Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil (DOBE) intercede en problemas y no en precaución de problemas.

El estudiante al sentirse inseguro de su imagen también cree que no posee ningún talento o atractivo físico para sentirse bien con sí mismo y para poder encontrar una pareja en el futuro, los padres, maestros y amigos influyen de una u otra manera en su percepción

2.4.2 Recomendaciones

Sociabilizar entre maestros y estudiantes, actividades motivacionales con la asesoría de un experto a fin de mejorar la autoestima y la confianza que tienen los estudiantes para sí mismos y por ende disminuir el bajo rendimiento académico.

Capacitar a los docentes sobre técnicas para fomentar la competitividad con talleres grupales y otras actividades que mejoren el ambiente de trabajo en el aula, incentiven la comunicación entre compañeros y ayuden a los jóvenes con baja autoestima a mejorar los niveles de rendimiento.

Apoyar el Rectorado a insertar y desarrollar el Programa Motivacional en la Institución, donde las autoridades, docentes y estudiantes puedan socializar actividades para incentivar el aprendizaje, junto con los procedimientos, equipo y evaluación, en conjunto con el Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil (DOBE) que se transforme en ente activo y preventivo.

Desarrollar charlas de capacitación y socialización juntamente con los Padres de Familia para ayudar a consolidar la imagen y la introspectiva del estudiante, para que pueda reconocer los talentos y atractivos físicos que posee y le sea más fácil la interacción con las personas que lo rodean.

CAPÍTULO III

3. DISEÑO DE LA PROPUESTA

TEMA: “DISEÑO DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL MEDIANTE EL CUAL SE MOTIVE A LOS/ LAS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “MARCO AURELIO SUBÍA” EN EL AÑO LECTIVO 2010-2011”

3.1 Datos Informativos:

- **Institución Ejecutora:** Universidad Técnica de Cotopaxi a través de su egresada en la carrera de Educación Básica.
- **Beneficiarios:** La presente investigación beneficiará a los/las estudiantes de los Décimos Años de Educación Básica del Colegio Fiscal Mixto “Marco Aurelio Subía” de la parroquia Tanicuchí.
- **Ubicación:** Provincia Cotopaxi, Cantón Latacunga, Parroquia Tanicuchí.
- **Tiempo Estimado para la Ejecución:** Iniciando el 4 Diciembre del 2010 hasta su finalización el 14 de Diciembre del 2011, tiempo en el cual se fundamenta dicho proyecto.
- **Tesista:** Jácome Molina Andrea Nataly
- **Director de tesis:** Lcdo. Msc. Luis Mena, Docente Universidad Técnica de Cotopaxi.

INTRODUCCIÓN

La autoestima es uno de los temas que más intriga a la Educación del nuevo siglo, pues debe ser una herramienta que al formar parte del proceso de enseñanza, sea a la vez, un mecanismo de defensa del individuo para afrontar los retos en su vida cotidiana.

Los graves problemas que derivan de baja autoestima se observan en la internet proveniente de países con economía creciente e industria desarrollada, EEUU, Brasil, Inglaterra, España, Italia y otros, cuya juventud y adolescencia reacciona a problemas de autoestima con ataques armados a los centros de estudio donde se forman en los que sin escatimar medidas de seguridad, violan los derechos de vida y matan a quemarropa a todo el que en su camino se cruce para terminar quitándose la propia.

El suicidio es una de las medidas que más ha cobrado vidas en el Ecuador debido a bajo rendimiento escolar, unido a otras causas como son la falta de comunicación en el hogar, ausencia de figura paterna o materna y la presión que reciba el menor en el medio de estudio.

Cotopaxi es una provincia con alto índice de absentismo en el magisterio, el número exigido en días laborados por el Ministerio de Educación, no es cumplido en su totalidad, por lo que el rendimiento de los estudiantes es deficiente en relación a provincias vecinas. Por otra parte un estudio realizado por estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Técnica Particular de Loja, muestra cómo incide la autoestima de los estudiantes en el rendimiento académico comparada con la exigencia al docente.

El diseño de un Programa Motivacional que propenda la mejora del autoestima de los estudiantes de los décimos años, es decir, adolescentes, de la Parroquia de Tanicuchí del Colegio Fiscal Mixto Marco Aurelio Subía, es un proceso que exige no solo la participación del alumno, sino el desarrollo de competencias del docente.

3.2 Justificación

Es muy importante que el ser humano en su etapa de desarrollo se sienta apreciado, querido y agradecido con su cuerpo, sus aptitudes, dones y talentos que conforman su personalidad. Es difícil equilibrar sus expectativas con las aspiraciones de sus padres, maestros y sociedad en general sobre lo que esperan sea su patrón de comportamiento, éxito o fracaso según los estereotipos o paradigmas que se formulan a partir de los modelos educativos.

Al sentir libertad y dirección de su potencial, los adolescentes estarán en la capacidad de escoger por sí mismos el enfoque que quieren dar a su vida, mirándola desde una óptica más positiva y diversificada, en la que la presión y las comparaciones de los adultos no afecten su autoestima, sino, la eleven y respeten su espacio como seres humanos independientes.

No se pretende por ningún motivo, generar en los adolescentes decadencia de los valores morales, por el contrario, ellos respetarán el espacio de los demás partiendo del conocimiento de los suyos propios, y contribuirán a que las siguientes generaciones que pasen por estas aulas, se identifiquen con el Programa Motivacional.

Los maestros podrán ayudarse así mismos con la aplicación de este programa, pues les dará mayor oportunidad de interiorizar el conocimiento teórico de las ciencias que imparten con el fortalecimiento de seres humanos consientes con el papel que forman y del que formarán parte en una sociedad.

Un adolescente desmotivado, es presa fácil de la depresión, la angustia y el terrible desenlace del consumo de drogas y hasta la muerte, el salvar vidas es parte de este programa que es pionero en la educación fiscal de la provincia. El aceptarse a sí mismos y a los demás como son aportará a una cultura con menos prejuicios, etiquetas y más humana.

Las autoridades tendrán mayor posibilidad de alcanzar normas de calidad o estándares educativos al disminuir las estadísticas de pérdidas de año, reportes de problemas en el Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil (DOBE)

debido a los grandes beneficios que promete la capacitación a los alumnos, maestros, padres y autoridades de la entidad.

3.3 Objetivos de la propuesta

3.3.1. Objetivo General

Diseñar un Programa Motivacional que contenga estrategias y metodologías que ayuden a la mejora de la autoestima en los estudiantes, motivándolos a desenvolverse de manera más eficaz en el aula de clase y por ende ayudándolos a incrementar su rendimiento académico.

3.3.2. Objetivos Específicos

- Conocer los fundamentos teóricos que debe tener un Programa de Motivación para mejorar el autoestima en los adolescentes a fin de que cubra sus expectativas y satisfaga sus demandas psicosocio motivacionales.
- Diagnosticar el nivel de autoestima que tienen los estudiantes de los décimos años de educación básica, para fortalecer el desarrollo, funcionamiento y socialización de los mismos mediante un programa motivacional de manera integral.
- Diseñar un Programa Motivacional para elevar el autoestima de los estudiantes, mejorar el aprendizaje y por consiguiente el rendimiento académico de los mismos.

3.4 Descripción de la propuesta

Lo que se pretende con el estudio de un Programa Motivacional es relacionar al estudiante y al docente. Al realizar un programa que los involucre, se estará consolidando el desarrollo motivacional del estudiante, si uno de estos falta, el programa se verá afectado en gran manera debido a la sinergia que requiere.

El estudiante no da un rendimiento escolar satisfactorio si el ambiente familiar está afectado, es importante que él o ella sientan que son queridos y tienen un refugio de paz en su hogar, la familia es el eje que forma en valores y aptitudes al ser humano más que cualquier otra institución, y su influencia es permanente.

Los docentes son el aporte al área cognitiva, por lo que la manera en la que se dicten las clases ayudará al estudiante en su percepción de la teoría con la práctica sobretodo la utilidad que puede tener el contenido de la materia en su vida.

Las destrezas, habilidades que cada uno de los alumnos tenga, y la disposición que presten para el programa es también importante, pues si los o las deciden no ayudarse, el programa será un fracaso.

3.5 PLAN OPERATIVO DE ACTIVIDADES

OBJETIVO	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	RECURSOS	BENEFICIARIO	TIEMPO
Entregar el modelo del Programa Motivacional para la autoestima en los estudiantes del décimo año de Educación Básica.	1.- Solicitar una reunión con las Autoridades y Profesores. 2.- Informar sobre el contenido del proyecto	Jácome Molina Nataly Andrea	Programa Motivacional para elevar el autoestima en los estudiantes de los décimos años de Educación Básica	10mos. años de Educación Básica del Colegio "Marco Aurelio Subía" y docentes de la misma.	15 Días Del 7 al 25 de febrero del 2011
Llevar a cabo una capacitación a los maestros y estudiantes de los décimos años de Educación Básica.	1.- Reunir a las Autoridades, profesores y alumnos de los décimos años de Educación Básica, con motivo de capacitación e instrucciones del Programa Motivacional.	Jácome Molina Nataly Andrea	Información en CD, manual, ejemplares del manual del Programa Motivacional, esferos, hojas.	10mos. años de Educación Básica del Colegio "Marco Aurelio Subía" y docentes de la misma.	15 Días Del 7 al 25 de febrero del 2011
Analizar los beneficios que proporciona el Programa Motivacional para el autoestima en los estudiantes.	1.- Poner en marcha el Programa Motivacional para la autoestima en los estudiantes.	Jácome Molina Nataly Andrea	Procedimientos metodológicos del Programa Motivacional.	10mos. años de Educación Básica del Colegio "Marco Aurelio Subía" y docentes de la misma.	15 Días Del 7 al 25 de febrero del 2011
Mejorar y motivar al estudiante a elevar el autoestima en los estudiantes mediante la aplicación del programa Motivacional.	1.- Reunir a los profesores, estudiantes y personal interesado, (Charla, talleres y juegos sobre los beneficios del Programa Motivacional para la autoestima).	Jácome Molina Nataly Andrea	Infocus, computador, CD's, Diapositivas.	10mos. años de Educación Básica del Colegio "Marco Aurelio Subía" y docentes de la misma.	15 Días Del 7 al 25 de febrero del 2011

3.6 Desarrollo de la propuesta

PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA

CHARLAS ACERCA DE AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN

Se realizara charlas enfocadas a los alumnos, docentes y padres de familia de los décimos años de Educación Básica de esta institución. Distribuyéndose de la siguiente manera:

- Charla dirigida a los alumnos y docentes de los décimos años de Educación Básica
- Charla dirigida a docentes de los décimos años de Educación Básica.

MOTIVACIONES EN CLASE

Dinámicas para desarrollarlas en el aula de trabajo y fomentar la autoestima

- Yo soy
- Acentuar lo positivo
- Caricias por escrito
- Imagínate a ti mismo
- Un recuerdo muy especial
- Doble personalidad
- Como podría ser diferente su vida
- Confiando en nuestro organismo
- El juego de los voluntarios
- El trueque del secreto

Lecturas motivadoras para relatarlas en clase

- Vendedores de zapatos
- Cuento para reflexionar
- La maestra de Teddy
- El labrador

- ¿Cómo crecer?
- Rana de pozo

ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES Y ESTRATEGIAS PERSONALES Y SOCIALES A DESARROLLAR EN EL AULA

- Ejercicio de autoconcepto
- Habilidades cognitivas
- Habilidades sociales
- Creatividad en el aula

3.6.1 PLAN OPERATIVO DE CHARLA DE AUTOESTIMA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Socializar lo que es la autoestima, su importancia y la forma práctica de estimularla 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima • Importancia • Construcción del autoestima • Pasos para desarrollar la autoestima • Actitudes que fortalecen la autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> • Charlas a docentes y estudiantes 	2 horas y 30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Invitación a docentes y estudiantes • Diapositivas • Videos • Audios 	Cuantitativa mediante cuestionarios
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las cualidades positivas de cada uno de los participantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de autoestima "El Espejo" 	<ul style="list-style-type: none"> • Autodescripción de cualidades positivas con los presentes 	30 a 45 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica 	Cualitativa mediante observación directa

AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN

3.6.2 CHARLA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES Y DOCENTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA.

Objetivo: Motivar la autoestima de los docentes y estudiantes a través de una charla conducida por un psicólogo para promover el conocimiento y reflexión acerca de la misma.

Duración: 2 horas con 30 minutos

Responsable: Psicólogo

Participantes: Docentes y estudiantes de los décimos años de Educación Básica.

Lugar: Auditorio del colegio “Marco Aurelio Subía”

Procedimiento: Se enviará una invitación, con asistencia de carácter obligatorio para una charla dirigida a los docentes y estudiantes de los décimos años de Educación Básica la cual será dictada por un psicólogo.

Temas a tratar:

- ¿Qué es la Autoestima?
- Importancia del Autoestima
- ¿Cómo se construye la Autoestima?
- Pasos para desarrollar la Autoestima
- Actitudes que fortalecen la autoestima

¿Qué es el Autoestima?

La autoestima hace referencia al concepto que tenemos de nosotros mismos, según las cualidades subjetivas, puesto que se basa en la percepción que tenemos de nosotros mismos y la que creemos que tiene los demás de nosotros, y según unas cualidades de tipo valorativo, puesto que en función de nuestras experiencias y de los valores que imperen en nuestra cultura, atribuimos a estas cualidades un valor positivo o negativo.

El origen de nuestra autoestima se encuentra en nuestro entorno social, más concretamente en nuestras relaciones interpersonales más significativas para nosotros, así pues, padres, hermanos, profesores y amigos son los que más contribuyen a favorecer o dificultar las experiencias sociales en las que podemos comprobar nuestras cualidades, en función del modo en que nos tratan, de cómo interpretan nuestras conductas y de la información concreta que nos transmiten sobre nosotros mismos.

Importancia del Autoestima: La autoestima es importante porque es un concepto que la atraviesa horizontalmente, es decir que tiene que ver con:

- ✓ El rendimiento académico
- ✓ Desarrollo de la personalidad
- ✓ Relaciones sociales
- ✓ Contacto afectivo, etc

Cómo se construye la autoestima

Se va construyendo en convivencia con las demás personas y con el propio deseo. La autoestima en el docente, se torno una de las habilidades más importantes y que influye directamente en sus alumnos, es decir, un nivel alto de autoestima en el docente tendrá a generar niveles altos de autoestima en sus alumnos.

“Un docente que no se sienta bien con lo que hace, que no se valora a sí mismo, fomentará en sus alumnos sin darse cuenta muchas veces, estos mismos sentimientos”

Pasos para desarrollar la autoestima: Los principales son:

El autoconocimiento: Es conocer las partes que componen el yo, sus manifestaciones, sus necesidades y habilidades, es decir, el porqué y cómo actúa y siente. Estos elementos no funcionan solos, sino se apoyan unos a otros estableciendo una personalidad fuerte y unificada. Si una de estas partes funciona de manera deficiente, las otras se verán afectadas y la personalidad será débil con sentimientos de ineficiencia y desvalorización.

El Autoconcepto o Autoimagen: Es el conjunto de creencias que una persona tiene acerca de lo que es ella misma. Es la aceptación de lo que otros dicen que uno es.

“La autoimagen nos relaciona con los demás, con nuestro medio ambiente, con nuestro entorno”.

La autoimagen influye poderosamente en el cambio de la conducta de una persona. Por ejemplo: Un docente que trata a sus alumnos como tontos, brutos, etc....y se los repite con frecuencia, termina por convertirlos en verdaderos tontos, aún cuando los alumnos mantengan niveles altos de sus potencialidades. Por tal razón los docentes deben tratar adecuadamente a todos y cada uno de sus alumnos.

La Autoevaluación: Es la capacidad interna que posee cada persona para evaluar las cosas como buenas, sino lo son, si les satisfacen, son interesante, le hacen sentir bien y le permiten crecer y aprender o considerarlas lo contrario.

La Autoaceptación: Este paso es aceptarse, admitir y reconocer todas las partes de sí mismo, la forma de ser y sentir, solo aceptándonos podemos transformar lo que es susceptible de cambio.

El Autorrespeto: Es atender y satisfacer las propias necesidades y valores. Buscar y valorar todas las cosas o situaciones que le permitan sentirse orgulloso de sí mismo, expresando y manejando en forma conveniente sentimientos y emociones, sin autoculparse ni hacerse daño

El Autoestima: Es la síntesis de todos los pasos anteriores. Si una persona se conoce y está consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores, desarrolla sus capacidades, y se acepta y se respeta, tendrá autoestima.

Actitudes que fortalecen la autoestima

- Defender firmemente, ciertos valores y principios, aún cuando se encuentre oposición, modificarlos si nuevas experiencias nos indica que estábamos equivocados.
- No perder tiempo preocupándose en exceso por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro. Es mejor aprender del pasado y proyectar nuestro futuro, pero si hay que vivir el presente, el aquí y el ahora.
- Considerarse como persona, igual a cualquier otra, no debemos sentirnos ni superiores ni inferiores, sino en igual dignidad. Pero si se debe reconocer las diferencias de otras personas en cuanto a talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Tener confianza en nuestra capacidad de resolver nuestros propios problemas, evitar frustrarse por fracasos y dificultades, a todos nos sucede. Si no se logra una meta, hay que buscar otra alternativa y más accesible de lograr. Hay que estar dispuestos a pedir ayuda a otros cuando realmente la necesitamos.
- Mostar lo que valemos ante los demás, al menos ante nuestras amistades.
- Reconocer y aceptar nuestros propios sentimientos, impulsos y emociones, tanto positivas como negativas. Estar dispuestos a revelarlos ante otras personas, nos servirá como desahogo.
- Ser capaces de disfrutar con actividades diversas como: leer, trabajar, jugar, charlar, caminar, etc.
- Confiar en nuestro propio juicio. No debemos sentirnos culpables cuando a otros no les parezca bien lo que hacemos.
- No dejarnos manipular por los demás, aunque podemos estar dispuestos a colaborar con ellos, si es apropiado y conveniente. (Hay que ser asertivo).
- Hay que ser sensibles ante sentimientos y necesidades de los demás. Respetar las normas sensatas de convivencia generalmente aceptadas y evitar divertirse a costa de otras personas.

3.6.3 PLAN OPERATIVO DE CHARLA DE MOTIVACIÓN

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer lo que es la motivación y como desarrollarla en el aula de clase 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivación en el aula • Tipos de motivación • Problemas emocionales y afectivos de los estudiantes • Motivación antes, durante y después de la clase. 	<ul style="list-style-type: none"> • Charla a docentes 	3 horas	<ul style="list-style-type: none"> • Invitación a docentes • Diapositivas • Fotocopias • Videos • Audios 	Cuantitativa mediante cuestionarios

3.6.4 CHARLA DIRIGIDA A DOCENTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA

OBJETIVO: Capacitar a los docentes de los décimos años de Educación Básica acerca de métodos y recomendaciones para desarrollar la motivación en los alumnos al momento de impartir una clase.

Duración: 1 hora 30 minutos

Responsable: Psicólogo

Participantes: Docentes de los décimos años de Educación Básica.

Lugar: Auditorio del colegio “Marco Aurelio Subía”

Procedimiento.- Se dictara una charla dirigida a los docentes de los décimos años de Educación Básica la cual será dictada por un psicólogo.

Temas a tratar:

- La Motivación en el Aula
- Tipos de Motivación
- Problemas Emocionales Afectivos de los alumnos
- Qué papel juega el maestro en la motivación de sus estudiantes?
- La motivación “Antes”
- La motivación “Durante”
- La motivación “Después”

La motivación en el aula

“El término motivación se deriva del verbo latino moveré, que significa ‘moverse’, ‘poner en movimiento’ o ‘estar listo para la acción’. Cuando un alumno quiere aprender algo, lo logra con mayor facilidad que cuando no quiere o permanece indiferente. En el aprendizaje, la motivación depende inicialmente de las necesidades y los impulsos del individuo, puesto que estos elementos originan la voluntad de aprender en general y concentran la voluntad. De esta forma podemos ver que la motivación es un acto volitivo.

Cuando una persona desea aprender algo, las otras actividades no atraen sus esfuerzos. Se produce un cambio, un aumento de expectativa y luego de tensión,

y ambos casos constituyen una disposición para aprender ese algo. Esto determina una movilización de energía, la cual se ha consumido cuando el aprendizaje ha sido llevado a cabo. Si el esfuerzo tiene éxito, la tensión también se alivia: “la motivación se define usualmente como algo que energiza y dirige la conducta”

Ejemplo: Cuando a un muchacho desea conquistar a una chica a la que le gusta patinar, y él no sabe hacerlo, tratará de aprender. Es muy probable que lo logre ya que existe un factor cognitivo-afectivo:

Él quiere conquistar a la muchacha, para hacerlo necesita aprender a patinar.

Él no sabe patinar (conflicto), por lo que dirigirá todas sus energías para lograrlo.

Lo mismo pasa con la motivación escolar, cuando el alumno se encuentra en un ambiente agradable, donde él es tomado como persona que siente, piensa y desea, entonces dirigirá sus energías para aprender. Quizás al principio lo haga para agradar al maestro, para ser aceptado por su grupo; posteriormente, dependiendo de la habilidad del maestro, el alumno amará la materia.

¿Cuántas veces no hemos escuchado que un alumno escoge una carrera determinada por la influencia que tuvo un maestro en él?, también sucede lo contrario: hay alumnos que rechazan las carreras por experiencias negativas que tuvieron:

“... uno de los supuestos centrales de los enfoques cognitivistas de la motivación es que las personas no sólo responden a situaciones externas o condiciones físicas, también lo hacen a sus percepciones de tales situaciones”

Clases de Motivación:

Existen dos clases de motivaciones:

La motivación intrínseca se refiere a la satisfacción personal que representa enfrentar con éxito la tarea misma.

La motivación extrínseca depende de lo que digan o hagan los demás acerca de la actuación del alumno, o de lo que él obtenga tangiblemente de su aprendizaje.

Estas dos se mezclan continuamente y, a veces resulta imposible separarlas, ya que la autoestima juega un papel muy importante.

Problemas Emocionales Afectivos de los estudiantes:

El estudiante pretende alcanzar con éxito sus estudios, ser valorado y obtener recompensas de ello; sin embargo, cuando no lo logra, y sufre alguna experiencia de vergüenza y humillación pueden surgir dos problemas emocionales afectivos: indefensión y desesperanza aprendida.

La indefensión: es cuando los estudiantes atribuyen el éxito escolar a causas externas fuera de su control y a causas internas estables y no controlables. Por ejemplo:

El maestro me reprobó porque no me quiere.
Yo no sirvo para las matemáticas.

La desesperanza aprendida: es cuando la conducta de los alumnos se orienta principalmente a evitar el fracaso escolar. Piensan que no importan lo que hagan ya que van a fracasar. No quieren participar porque sus ideas están mal. Antes de empezar cualquier actividad ya saben que van a estar mal. Son derrotistas en potencia y tienen muy baja autoestima.

¿Qué papel juega el maestro en la motivación de sus alumnos?

El papel del maestro en este sentido es fundamental, ya que a través de sus actitudes, comportamiento y desempeño dentro del aula podrá motivar a los alumnos a construir su aprendizaje. Sin embargo, se tiene que considerar que la motivación no es permanente ni inmutable:

“... La motivación no se activa de manera automática ni es privativa del inicio de la actividad o tarea, sino que abarca todo el episodio de enseñanza aprendizaje, y que el alumno así como el docente deben realizar deliberadamente ciertas acciones, antes, durante y al final, para que persista o se incremente una disposición favorable para el estudio”

Como se puede apreciar, la motivación debe darse antes, durante y al final de la construcción del aprendizaje.

Sin ser una “receta”, existen algunas sugerencias que aquí se presentan para motivar a los alumnos antes, durante y después de las actividades o tareas:

Manejo de la motivación “antes”

Mantener una actitud positiva. Primero que nada, el maestro debe mostrar una actitud positiva, ya que los alumnos la captarán inmediatamente cuando entre al salón de clase.

Generar un ambiente agradable de trabajo. El clima o la atmósfera del salón de clase debe ser cordial y de respeto. Se debe evitar situaciones donde se humille al alumno.

Detectar el conocimiento previo de los alumnos. Esto permitirá tener un punto de partida para organizar las actividades y detectar el nivel de dificultad que deberá tener. Asimismo, se podrá conocer el lenguaje de los alumnos y el contexto en el que se desenvuelven.

Preparar los contenidos y actividades de cada sesión. Un maestro que llega a improvisar es detectado automáticamente por los alumnos, por lo cual pierde credibilidad y los desmotiva.

Mantener una mente abierta y flexible ante los conocimientos y cambios. Hay que considerar que los conocimientos se construyen y reconstruyen día con día; que existen diferentes perspectivas para abordarlos ya que no son conocimientos acabados e inmutables.

Generar conflictos cognitivos dentro del aula. Plantear o suscitar problemas que deba resolver el alumno, que activen su curiosidad e interés. Presentar información nueva, sorprendente, incongruente con los conocimientos previos del alumno para que éste sienta la necesidad de investigar y reacomodar sus esquemas mentales.

Orientar la atención de los alumnos hacia la tarea. Tratar de que los alumnos tengan más interés por el proceso de aprender y no por las recompensas que puedan tener.

Cuidar los mensajes que se dan. Tratar de no desmotivar a los alumnos diciendo que algo es muy difícil y que no van a poder con ello. Al contrario, hay que alentarlos a que den su mayor esfuerzo y felicitarlos por ello.

Manejo de la motivación “durante”:

Utilizar ejemplos y un lenguaje familiar al estudiante. A partir del conocimiento previo del educando, el maestro puede conocer su forma de hablar y pensar. Utilizando esto se pueden dar ejemplos que los estudiantes puedan relacionar con su contexto, sus experiencias y valores.

Variar los elementos de la tarea para mantener la atención. Si el maestro siempre sigue las mismas actividades y procedimientos en todas las clases, los estudiantes se aburrirán, ya que éstas se harán monótonas. Por ello, el maestro deberá tener una amplia gama de estrategias de aprendizaje para que los estudiantes se motiven en la construcción de su aprendizaje.

Organizar actividades en grupos cooperativos. Pueden ser exposiciones, debates, representaciones, investigaciones, etc. Las actividades en grupos cooperativos permitirán a los alumnos tener diferentes puntos de vista sobre el mismo material, por lo cual sus compañeros servirán de mediadores en su construcción del conocimiento.

Dar el máximo de opciones posibles de actuación para facilitar la percepción de la autonomía. El alumno, aún cuando sea parte de un grupo, es un ser autónomo, que merece ser tomado en cuenta como tal; por lo cual, no debe ser tratado como uno más en la masa. Se debe respetar su individualidad dejándolo actuar y pensar por sí mismo.

Ejemplificar mediante situaciones diarias la relevancia de los contenidos. Mostrar las aplicaciones que pueden tener los conocimientos. Muchas veces los alumnos dicen: para qué estudio esto si no me va a servir para nada. El maestro debe orientarlos para que lo apliquen en su realidad. Si es posible, guiarlos para que sean ellos quienes le encuentren sentido y digan para qué sirve.

Orientarlos para la búsqueda y comprobación de posibles medios para superar las dificultades. Hay un dicho popular que dice: si le das un pez al hambriento, comerá ese día. Si le enseñas a pescar, comerá siempre. Esta analogía sirve para ejemplificar la labor del docente.

Manejo de la motivación “después”:

Las Evaluaciones: Diseñar las evaluaciones de forma tal que no sólo proporcionen información del nivel de conocimientos, sino que también permitan conocer las razones del fracaso, en caso de existir. La evaluación debe permitir detectar las fallas del proceso enseñanza aprendizaje, para que el maestro y el alumno puedan profundizar en ellas y corregirlas.

Evitar en lo posible dar sólo calificaciones. Se debe proporcionar a los alumnos información acerca de las fallas, acerca de lo que necesita corregir y aprender.

Tratar de incrementar su confianza. Emitir mensajes positivos para que los alumnos se sigan esforzando, en la medida de sus posibilidades.

Dar la evaluación personal en forma confidencial. No decir las calificaciones delante de todos. Es preferible destinar un tiempo para dar la calificación en forma individual, proveyéndolos de la información necesaria acerca de las fallas y los aciertos; buscando de esta forma la retroalimentación del proceso enseñanza aprendizaje.

Éstas son sólo algunas recomendaciones para el manejo de la motivación dentro del aula, no es una receta de cocina, ya que cada profesor podrá agregar más a la lista, según la experiencia que haya tenido en su labor docente.

3.6.5 PLAN OPERATIVO DE DINÁMICAS PARA MEJORAR EL AUTOESTIMA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Identificar las cualidades positivas de cada uno de los estudiantes mediante la autovaloración 	Dinámica “Yo soy”	<ul style="list-style-type: none"> Pedir a los estudiantes que realicen una autovaloración para destacar los aspectos positivos de cada uno y luego socializarlo con todo el grupo. 	30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Hojas de papel Lápices 	
<ul style="list-style-type: none"> Mejorar el concepto propio de cada estudiante a través del intercambio de comentarios 	Dinámica “Acentuar lo positivo”	<ul style="list-style-type: none"> Formar parejas y presentar mutuamente cualidades positivas físicas y emocionales. Comentar acerca de la dinámica 	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Participantes 	Cualitativa mediante la observación directa
<ul style="list-style-type: none"> Propiciar el manejo creativo de la comunicación oral y escrita 	Dinámica “Caricias por escrito”	<ul style="list-style-type: none"> Formar grupos de 10 estudiantes. Pedir que cada uno escriba en un papel buenos deseos, pensamientos o versos gratificantes para otro compañero. 	35 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Hojas de papel Lápices Mesas de trabajo 	

PLAN OPERATIVO DE DINÁMICAS PARA MEJORAR EL AUTOESTIMA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Concientizar a los estudiantes sobre la realización de sus proyectos futuros 	<p>Dinámica “Imagínate a ti mismo”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pedir que cada estudiante imagine como sería su vida profesional y afectiva después de 10 años • Realizar una reflexión grupal acerca de lo visualizado anteriormente. 	60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Folios • Lápices 	<p>Cuantitativa mediante el cuestionario</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar la capacidad de los estudiantes para establecer relaciones positivas con otras personas 	<p>Dinámica “Un recuerdo muy especial”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Indicar a los estudiantes que cierren sus ojos por unos minutos y recuerden un momento de su vida que haya sido especial, feliz y emotivo. • Plasmar lo recordado en una hoja de papel mediante un dibujo. 	35 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices • Pinturas 	<p>Cualitativa mediante la observación directa</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Concientizar los cambios de autoestima en diferentes circunstancias de la 	<p>Dinámica “Doble personalidad”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Formar grupos de cuatro estudiantes. • Dividir una hoja en dos partes, escribir en un lado como actúan cuando se sienten bien consigo mismo y en el otro cuando se 	30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices 	<p>Reflexión mediante la lluvia de ideas</p>

PLAN OPERATIVO DE DINÁMICAS PARA MEJORAR EL AUTOESTIMA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
vida de los estudiantes.		<p>sienten mal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las situaciones y personas que afectan en el cambio de baja o alta autoestima • Intercambiar opiniones entre los miembros de cada grupo 			
<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar con los estudiante sobre sus deseos y aspiraciones y que están haciendo para lograrlo. 	<p>Dinámica “Como podría ser diferente su vida”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pedir a los estudiantes imaginen que solo les queda un año de vida y reflexionen como les afectaría esto de aquí en adelante. • Socializar y comentar con todo el grupo las respuestas mencionadas 	30 a 45 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices 	Reflexión mediante la lluvia de ideas
<ul style="list-style-type: none"> • Relacionar la asimilación de nuevos conceptos e ideas con los procedimientos que 	<p>Dinámica “Confianza en nuestro organismo”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Entregar a cada estudiante dos pedacitos de zanahoria • Indicar que el primero lo mastiquen como ellos están acostumbrados a hacerlo y el otro lo mastiquen 	35 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Pedacitos de zanahoria 	

PLAN OPERATIVO DE DINÁMICAS PARA MEJORAR EL AUTOESTIMA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>tiene el organismo y relacionar esto con el autoestima.</p>		<p>despacio hasta que tenga consistencia líquida y luego lo traguen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relacionar este proceso con la asimilación de nuevas ideas y conceptos. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Superar los bloqueos emocionales mediante la personificación de conflictos que intervienen en la toma de decisiones 	<p>Dinámica “El juego de los voluntarios”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pedir la participación de voluntarios • Comentar con los estudiantes que sentimientos tuvieron al tomar la decisión de ser o no voluntarios. • Explicar el conflicto que se da interiormente en cada uno al momento de tomar decisiones. 	<p>20 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Participantes 	<p>Reflexión mediante la lluvia de ideas</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Crear mayor capacidad de empatía entre los participantes 	<p>Dinámica “El trueque de un secreto”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Entregar una hoja de papel a cada estudiante. • Pedir que escriban las dificultades que tienen al relacionarse con otras 	<p>45 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices 	<p>Debate a través del intercambio de ideas y opiniones</p>

PLAN OPERATIVO DE DINÁMICAS PARA MEJORAR EL AUTOESTIMA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
		<p>personas y que no les gusta exponer oralmente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada estudiante debe doblar su hoja y mezclarla con las de los demás. • Pedir que escojan nuevamente una hoja y afronten el problema que está escrito en la misma como si fuera el suyo propio 			

MOTIVACIONES EN CLASE

3.6.6 DINÁMICAS PARA DESARROLLARLAS EN EL AULA DE TRABAJO Y FOMENTAR EL AUTOESTIMA

Las dinámicas son una de las formas para hacer que el desarrollo de las clases sean distintas, buscando la motivación y despertando el interés de los estudiantes, es acercarlos los temas de modos diversos, en el que ellos se sientan participes y con libertad de compartir sus sentimientos, preocupaciones, emociones, miedos, frustraciones, etc.

A continuación se presenta una serie de dinámicas que pueden ser desarrolladas en el aula de clase con los alumnos con el fin de elevar y fomentar el autoestima y respeto entre compañeros, a través de estas dinámicas los jóvenes podrán descubrir su yo interno, su valor e importancia, a la vez que encontraran una serie de cualidades y capacidades positivas en ellos mismo y en sus compañeros, fomentando así el respeto por los demás y sus diferencias tanto físicas como psicológicas.

Es aconsejable realizarlas con una frecuencia de 1 vez por semana durante todos los trimestres del año lectivo.



Dinámica N° 1

YO SOY



OBJETIVO: -Concientizar con los alumnos que todos poseemos cualidades positivas mediante la autovaloración que será positiva o negativa en función de con quién nos comparemos.

Materiales: Hojas de papel y lápices.

Duración recomendada: 30 minutos aproximadamente

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Responsable: Docentes de cualquier área

Lugar: Aula de clase

DESARROLLO:

1. El profesor hace una breve introducción acerca de lo que significa la palabra “autoestima” (evaluación que el sujeto hace de sí mismo, si te gusta o no como eres), siempre incitando a los alumnos a que den su opinión, para entrar en materia.

2. A continuación, se reparte a cada alumno una hoja, en el que pondrán en la parte superior la frase YO SOY....., y a la parte izquierda del folio la misma frase, escrita unas 20 veces.

Quedará de la siguiente forma:

YO SOY.....

Yo soy

Yo soy

Yo soy

Yo soy

Yo soy, etc.

3. Dividir al curso en parejas

4. Cada uno debe escribir sus características que consideren que sean positivas (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades...).

5. A continuación, las parejas, se van a vender a sí mismos.

6. Uno hará el papel de vendedor y otro de comprador, y después cambiarán los papeles. El vendedor expondrá las razones por las que al comprador le conviene adquirirlo.

7. Finalmente, el profesor pregunta a los alumnos las dificultades que han tenido a la hora de completar las frases de yo soy, y a la hora de venderse y las va anotando en la pizarra.

8. Explica a los alumnos que a la mayoría de personas nos es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos en algunos momentos, y que esto ocurre porque las personas elegimos un modelo con el que compararnos, y depende de con quién nos comparemos, nos evaluamos más positiva o más negativamente.

De lo que se trata es de hacer una comparación lo más realista posible, para que el resultado sea ajustado a la realidad, y así nuestra autovaloración no se verá afectada.

QUE SE PRETENDE QUE LOS ALUMNOS APRENDAN CON ESTA ACTIVIDAD:

- Que sean capaces de autovalorarse, reconociendo las características positivas que poseen así como que reconozcan también en los demás estas cualidades y sean capaces de expresarlas de forma adecuada.
- Que sean conscientes de la dificultad que conlleva en ocasiones el reconocer las cualidades positivas que poseemos cada persona.
- Lograr que los alumnos potencien su autoestima mutuamente.

Dinámica N° 2

ACENTUAR LO POSITIVO



OBJETIVO: Lograr que los estudiantes puedan derribar las barreras impuestas por ellos mismos debido a que no les permiten tener un buen concepto propio; mejorar su propia imagen mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales.

Tiempo requerido: 10 minutos.

Lugar: Salón de clase

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Responsable: Docentes de cualquier área

DESARROLLO:

1. Muchos hemos crecido con la idea de que no es "correcto" el autoelogio o, para el caso, elogiar a otros. Con este ejercicio se intenta cambiar esa actitud al hacer que equipos de dos estudiantes compartan algunas cualidades personales entre sí. En este ejercicio, cada joven le da a su compañero la respuesta a una, dos o las tres dimensiones siguientes sugeridas:

- ❖ Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo. Ejm: Soy alto/a, tengo hermoso cabello.

- ❖ Dos cualidades de personalidad que me agradan de mí mismo. Ejm: Soy alegre, soy amigable.
- ❖ Una capacidad o pericia que me agradan de mí mismo: Ejm: Soy bueno al momento de dirigirme a otras personas, se nadar muy bien.

2. Explique que cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos. (Dado que la mayor parte de las personas no ha experimentado este encuentro positivo, quizá necesiten un ligero empujón de parte de usted para que puedan iniciar el ejercicio).

3. Pedir que cada estudiante presente las cualidades positivas de su compañero.

4. Se les aplicará unas preguntas para su reflexión:

- ❖ ¿Cuántos de ustedes, al oír el trabajo asignado, se sonrió ligeramente, miró a su compañero y le dijo, "Tú primero"?
- ❖ ¿Fue difícil señalar una cualidad al iniciar el ejercicio?
- ❖ ¿Cómo considera ahora el ejercicio?

Dinámica N° 3

CARICIAS POR ESCRITO



OBJETIVO: Propiciar el manejo creativo de la comunicación verbal y escrita, a través del intercambio emocional gratificante, para ayudar al fortalecimiento de la autoimagen de los participantes.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Responsable: Docentes de cualquier área

Tiempo requerido: 35 minutos.

Material: Hojas de papel y lápices, mesas de trabajo.

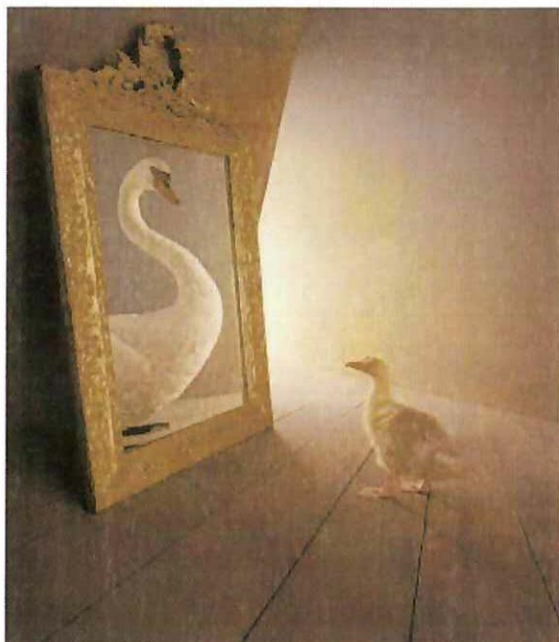
Lugar: Aula de clase

DESARROLLO:

1. Formar grupos de máximo 10 estudiantes.
2. Se solicita a los participantes que tomen dos o tres hojas de papel y las doblen en ocho pedazos, cortándolas posteriormente lo mejor que puedan.
3. En cada uno de los pedazos tienen que escribir por el inverso, uno a uno, los nombres de sus compañeros de grupo.
4. Por el reverso, escriben en dos líneas o renglones, un pensamiento, buen deseo, verso, o una combinación de estos, dirigido al compañero designado en cada pedazo de papel.
5. Al terminar son entregados a los destinatarios en propia mano.
6. Discutir acerca de esta experiencia.
7. Cada grupo nombra a un reportero para ofrecer un comentario de sus experiencias ante todo el curso.

Dinámica N° 4

IMAGÍNA TE A TI MISMO



OBJETIVO:

Concientizar a los estudiantes de que la realización de sus proyectos futuros, depende, en gran medida, de ellos mismos.

Duración recomendada: Aproximadamente, 60 minutos.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Materiales: Folios y lápices.

Responsable: Docentes de cualquier área

Lugar: Salón de clase

DESARROLLO:

Esta actividad se basa en la utilización de técnicas de imaginería mental, las cuales son de gran utilidad para conseguir que las personas seamos conscientes de aspectos en los que nos es costoso concentrarnos por la carga emocional implícita que a veces poseen.

1. El profesor comenta a sus alumnos que en esta actividad van a pensar en el futuro y en cómo se imaginan a sí mismos dentro de algunos años.

2. Cerrar los ojos e imaginarse a sí mismos dentro de 10 años.

3. Cuando todos los alumnos han cerrado los ojos, el profesor lee en voz alta las siguientes preguntas, cuidando siempre de dejar un tiempo entre pregunta y pregunta para que cada alumno, individualmente, pueda pensar e imaginar las respuestas.

Las preguntas que debe realizar son las siguientes:

- ❖ ¿Cómo te imaginas físicamente dentro de 10 años?
- ❖ ¿A qué crees que te dedicas?
- ❖ ¿Qué aficiones tienes?
- ❖ ¿Con quién vives?
- ❖ ¿Qué amigos tienes?
- ❖ ¿Cómo es la relación con tus padres?
- ❖ ¿Tienes pareja?
- ❖ ¿Tienes hijos?
- ❖ ¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?
- ❖ ¿Eres feliz?
- ❖ ¿De qué te sientes más orgulloso?

4. La fase de imaginación concluye y los alumnos ya pueden abrir los ojos.

5. Después, pregunta a todos los alumnos en general si creen que ese futuro imaginado será necesariamente así o si puede ser de otra manera y, sobre todo, si creen que conseguir el futuro que desean es algo que depende en gran parte, aunque no totalmente, de ellos o si creen que no pueden hacer nada para acercarse a su futuro deseado.

6. El profesor debe reconducir este debate hacia la capacidad que todos tenemos para aumentar las probabilidades de alcanzar nuestros objetivos. No obstante, lo primero que necesitamos para alcanzar nuestras metas es saber a dónde queremos

llegar, qué queremos ser, cuáles son nuestros objetivos. Tener esto claro es haber recorrido ya la mitad del camino.

7. El profesor debe motivar a los alumnos para que valoren el poder y capacidad personales que tienen y la y necesidad de fijarse unos objetivos claros.

8. Finalmente, la actividad concluye con una fase final individual en la que los alumnos escriben tres metas futuras a largo plazo (por ejemplo, crear una familia, tener un trabajo en el que se sientan satisfechos, etc.) y también tres metas futuras a corto plazo (por ejemplo, aprobar el siguiente examen) que desearían conseguir.

QUE SE PRETENDE QUE LOS ALUMNOS APRENDAN CON ESTA ACTIVIDAD:

- Que entiendan la importancia de saber que metas nos gustaría alcanzar y cómo podemos conseguirlas.
- La ilusión que conlleva el tener un proyecto de vida propio y el esfuerzo para alcanzarlo.
- Que aprendan a aceptar que hay metas que no están al alcance de nuestra mano y a que esto no conlleve sentimientos de tristeza e inutilidad.

Dinámica N° 5

UN RECUERDO MUY ESPECIAL



DESCRIPCIÓN:

A partir del recuerdo de situaciones agradables los niños evalúan sus relaciones con otras personas y principalmente sobre aquellos aspectos que favorecieron su autoestima.

OBJETIVO:

Mejorar la capacidad de los alumnos para establecer relaciones positivas con otras personas.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Duración: 35 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

Materiales: Papel, lápices, lápices de colores.

Lugar: Salón de clase

DESARROLLO:

1. Pida a los niños que se sienten cómodamente en sus bancas, que cierren los ojos y se relajen durante unos segundos.
2. Pídales que piensen en una oportunidad en que cada uno haya pasado muy bien...que recuerden con quién estaban...., qué fue lo que pasó...cómo se sentía entonces...dígalos que se den tiempo para lograr la sensación de ese momento.

3. Pida a los niños hacer silencio mientras los otros terminan con la finalidad de permitir a los otros seguir recordando.

4. Entregue a cada alumno una hoja de papel y pida que en la misma dibuje y pinte su recuerdo, de unos 15 minutos para esta actividad.

5. Solicite a los niños que se junten en parejas para contarle su experiencia y mostrarle cómo la representó. (Si el grupo es impar, puede haber un grupo de tres)

6. Luego pida a los niños que se ubiquen formando un círculo grande y proponga algunos temas de conversación.

¿Por qué estos recuerdos fueron buenos?

¿Qué podríamos hacer nosotros para tener buenos recuerdos juntos?

7. Construya un compromiso planteando lo siguiente:

Imaginemos qué podemos hacer cada uno para que otras personas tengan un buen recuerdo de nosotros.

8. Ayude a destacar lo que hay de común en los buenos recuerdos. Por ejemplo:

- ❖ Estar con personas que uno quiere
- ❖ Recibir algo bueno de forma inesperada
- ❖ Sentirse importante para alguien
- ❖ Que se nos reconozca algo bien hecho
- ❖ Vencer algunas dificultades de importancia
- ❖ Que le pase algo bueno a la familia

9. Se anotan esos distintos compromisos sobre papelotes y se trabaja sobre un compromiso construido desde el grupo.

Como se siente cada uno y el grupo en general después de esta actividad.

Dinámica N° 6

DOBLE PERSONALIDAD



OBJETIVOS:

Concientizar de la naturaleza cambiante de la autoestima mediante la identificación de los propios estados de alta y baja autoestima y las circunstancias o causas que provocan una y otra.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Responsable: Docentes de cualquier área

Tiempo requerido: 30 minutos aproximadamente.

Material: Hojas y lápiz para cada participante.

Lugar: Salón de clase

DESARROLLO:

1. Explicar a los participantes lo fluctuante de la autoestima, algunas veces dramáticamente dentro de cada persona y a menudo durante el curso del mismo día. Este ejercicio es para identificar estas experiencias y obtener control sobre ellas.

2. En una hoja dividida con una línea vertical, escribir en el lado izquierdo cómo se siente, piensa y actúa cuando se está bien consigo mismo. En el lado derecho, cómo se siente, piensa y actúa cuando se está mal consigo mismo.
3. Se les debe pedir a los participantes que observen esos dos estados como parte de ellos mismos, que con su imaginación den a cada parte un nombre que puedas simbolizarlos.
4. Compartir en grupos de tres o cuatro lo que se escribió, tratar de identificar el tipo de situaciones, experiencias, personas o eventos que afectan para elevar o disminuir su autoestima. Concretizar lo que origina sentirse bien o mal consigo mismo.
5. Al finalizar debe llevar a cabo una " lluvia " de ideas, usando la fantasía para sugerir todas las formas posibles de elevar la autoestima.
6. Se indica al grupo que comparta con todo el grupo las experiencias y conclusiones de este ejercicio. Que quede claro lo aprendido sobre la propia autoestima.

Dinámica N° 7

COMO PODRÍA SER DIFERENTE SU VIDA



OBJETIVO:

Reflexionar con los participantes acerca de pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Tiempo requerido: 30 a 45 minutos.

Material: Papel y lápiz para cada participante.

Lugar: Salón de clase

Responsable: Docentes de cualquier área

DESARROLLO:

1. El instructor dice a los participantes: "Su médico les ha informado que sólo les queda un año de vida y ustedes están convencidos de que el diagnóstico es correcto. Describan cómo cambiaría su vida con esta noticia".
2. Se da tiempo a que los participantes piensen y escriban sobre la pregunta anterior.
3. El instructor les menciona lo siguiente: "Si ustedes desean cambiar su vida en esa dirección, ¿Qué los detiene para hacerlo ahora mismo?".
4. Formar grupos de 4 personas y comentar sus respuestas a la pregunta anterior.
5. En grupo se hacen comentarios sobre el ejercicio y como se sintieron.

Dinámica N° 8

CONFIANDO EN NUESTRO ORGANISMO



OBJETIVO:

Conocer la diferencia que existe entre ideas y conceptos y relacionarlo con la autoestima a través de la comparación de los modelos físicos y emocionales que se reflejan en la misma para ayudar a los participantes a entender el significado de consultar al organismo para nuevas informaciones y conceptos.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Tiempo requerido: 35 minutos.

Material: Una zanahoria por participante.

Lugar: Salón de clase

Responsable: Docentes de cualquier área

DESARROLLO:

1. El instructor da a los participantes un trozo de zanahoria y les pide que la coman como ellos acostumbran hacerlo.
2. Terminada la actividad anterior el instructor les da otro trozo de zanahoria y les pide que lo mastiquen hasta que esté líquido y que entonces lo traguen.

3. El instructor les pide que describan la sensación que tuvieron al comer la zanahoria lentamente, y cómo creen ellos que es el mejor procedimiento para asimilarla.
4. El instructor comenta a los participantes que la forma o estilo de comer se relaciona íntimamente con la de asimilar nuevas ideas, nueva información y nuevos conceptos.
5. El instructor divide a los participantes en grupos de cuatro y les pide que comenten la comparación que existe entre su forma de comer con la de tomar nuevas ideas. Algunos pueden decir "Trago rápidamente sin masticar"; "Mastico rápidamente sin saborear"; "Mastico lentamente antes de tragar sin saborear", o "Mastico antes de tragar y disfruto su sabor".
6. El instructor puede pedir a los grupos que también comenten los efectos que tienen en el organismo: ¿Cuál método permite asimilar mejor?
7. En el caso de relacionar este ejercicio con la autoestima se le pide a los grupos que sugieran qué autoconcepto podrá tener una persona que come rápidamente o que trago sin masticar y lo hace de la misma manera con las ideas o información. Podrán decir frases como: "Acepto todo lo que me dicen ", " No puedo discriminar ", " Lo tomo tal cómo viene ", "Soy capaz de decidir qué es lo que acepto o qué rehusó por mí mismo", etc.
8. Realizar comentarios acerca de su vivencia con todo el curso.

Dinámica N° 9

EL JUEGO DE LOS VOLUNTARIOS



OBJETIVO:

Superar los bloqueos emocionales mediante el desarrollo de una conciencia de sí mismo y de sus sentimientos para acrecentar la sensibilidad y percepción acerca de las demás personas y del mundo en torno a sí.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Tiempo requerido: 20 minutos.

Lugar: Salón de clase

Responsable: Docentes de cualquier área

DESARROLLO:

1. El instructor aclara cómo los elementos psicológicos que contribuyen para crear un conflicto en alguien, pueden ser personificados. Como demostración de este método de aumentar el conocimiento interno en un grupo relativamente grande, solicita voluntarios para participar de una experiencia.

2. A fin de ayudar a los participantes a comprender los sentimientos que los llevaron a la decisión de presentarse o no como voluntarios, el instructor del grupo

comentará lo siguiente: "En verdad, no necesito los voluntarios, pero me gustaría que ustedes se situaran en la experiencia que acaban de vivir, la de intentar decidir si se presentarían o no como voluntarios.

3. Imaginen a dos personas dentro de la cabeza de ustedes. Una le dice que se presente y la otra le dice lo contrario.
4. Visualicen una conversación entre las dos, en la cual intentan convencieres mutuamente, hasta que una de ellas vence."
5. Terminada esta presentación, el instructor pide a los voluntarios que se confronten, no verbalmente, y vean lo que pasa, cerrando para eso los ojos durante unos dos o tres minutos, imaginando ese encuentro.
6. Finalizado el tiempo, los participantes relatarán al grupo sus visualizaciones.
7. Las historias individuales generalmente aclaran las consideraciones que entran en conflicto en el proceso de tomar la decisión de presentarse o no como voluntario.
8. El instructor pide al grupo sus comentarios.

Dinámica N° 10

EL TRUEQUE DE UN SECRETO



OBJETIVO: Crear mayor capacidad de empatía entre los participantes.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Tiempo requerido: 45 minutos, aproximadamente.

Material: Lápiz y hojas.

Lugar: Salón de clase

Responsable: Docentes de cualquier área

DESARROLLO:

1. El instructor distribuye una hoja a cada uno de los participantes.
2. Los participantes deberán describir, en una hoja las dificultades que siente para relacionarse con las demás personas y que no les gustaría exponer oralmente.
3. El instructor recomienda que todos disfracen la letra, para no revelar el autor.

4. El instructor solicita que todos doblen la hoja de la misma forma que los demás participantes, una vez recogidas estas serán mezcladas, distribuyendo luego las hojas dobladas a cada participante.
5. El instructor recomienda que cada uno asuma el problema de la hoja, como si el participante fuera el autor, esforzándose por comprenderlo.
6. Cada uno a su vez, leerá en voz alta el problema que había en la hoja, usando la primera persona "yo" y haciendo las adaptaciones necesarias, para proponer una solución.
7. Al explicar el problema a los demás, cada uno deberá representarlo.
8. No será permitido debatir ni preguntar sobre el asunto, durante la exposición.
9. Al final, el instructor podrá liderar el debate sobre las reacciones.

3.6.7 PLAN OPERATIVO DE LECTURAS PARA MOTIVAR EN CLASE

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Concientizar en los alumnos la importancia de mantener una actitud positiva ante las eventualidades que se presenten 	<p>Lectura: “Vendedores de zapatos”</p>	<ul style="list-style-type: none"> Relatar la historia a los estudiantes Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado. 	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Lectura 	
<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar en los alumnos la importancia de tener un autoconcepto bueno y firme para lograr en ellos el respeto y el amor para sí mismos. 	<p>Lectura: “Cuento para reflexionar”</p>	<ul style="list-style-type: none"> Relatar la historia a los estudiantes Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado. 	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Lectura 	<p>Reflexión mediante lluvia de ideas</p>

PLAN OPERATIVO DE LECTURAS PARA MOTIVAR EN CLASE

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Concienciar con los alumnos acerca de la importancia de erradicar la discriminación dentro y fuera del aula de clase 	Lectura: “La maestra de Teddy”	<ul style="list-style-type: none"> • Relatar la historia a los estudiantes • Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado. 	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura • CD de audio de reflexiones 	
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar en los alumnos una personalidad firme y segura para evitar que se dejen influenciar por los demás. 	Lectura: “El Labrador”	<ul style="list-style-type: none"> • Relatar la historia a los estudiantes • Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado. 	7 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura • CD de audio de reflexiones 	Reflexión mediante lluvia de ideas
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar en los alumnos su autoestima y autoconcepto para mejorar su desempeño académico. 	Lectura: ¿Cómo crecer?	<ul style="list-style-type: none"> • Relatar la historia a los estudiantes • Emitir opiniones acerca de la lectura. 	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura 	

PLAN OPERATIVO DE LECTURAS PARA MOTIVAR EN CLASE

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Desarrollar en los alumnos una mente abierta a plantearse metas significativas en su vida para fomentar su iniciativa y liderazgo. 	Lectura: “Rana de pozo”	<ul style="list-style-type: none"> Relatar la historia a los estudiantes Reflexionar y comentar sobre lo escuchado 	10 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Lectura 	

3.6.8 LECTURAS MOTIVADORAS PARA RELATARLAS EN CLASE

Al momento de iniciar una nueva clase los alumnos por lo general están cansados, desmotivados, muchas veces preocupados por problemas que tienen ya sea por otra asignatura, problemas familiares, con su enamorado/a, entre otros, desviando así su atención hacia el tema central de la clase, impidiendo de esta manera el éxito del aprendizaje del mismo.

Para evitar la distracción y lograr que los alumnos dirijan toda su atención y pongan todos sus sentidos en el tema de clase el maestro debe dedicar unos minutos a motivar al estudiantado. Se recomienda realizar una lectura motivacional que despierte en el alumno el interés, dinamismo y confianza en sí mismo, logrando de esta manera encaminar nuevamente su atención hacia el tema central de la clase, por consiguiente alcanzar un mejor aprendizaje y entendimiento del mismo.

A continuación se presentan algunas lecturas motivadoras cortas que se pueden ser relatas en el momento de la jornada de clase en el cual los alumnos necesiten ser motivados.



LECTURA N° 1

VENEDORES DE ZAPATOS



OBJETIVO: Concientizar en los alumnos la importancia de mantener una actitud positiva ante las eventualidades que se le presenten, mediante el relato y análisis de una lectura motivadora para desarrollar en ellos una actitud asertiva.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Duración: 5 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD 1: Relatar la siguiente historia.

Es la historia de dos vendedores de zapatos a quienes sus respectivas empresas enviaron a África para vender sus productos. Tan pronto como desembarcaron, el primer vendedor vio que todo el mundo iba descalzo y mandó un telegrama a su jefe: Vuelvo en el primer barco. Aquí nadie utiliza zapatos. Una semana más tarde llegó un segundo vendedor, el cual se encontró con la misma situación: sólo se veía gente descalza por las calles. Pero éste envió el siguiente telegrama a su empresa: Me quedo aquí. Perspectivas fabulosas. No tenemos competencia.

ACTIVIDAD 2: Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado.

Todo depende del ojo del que mira, este relato ilustra el dicho de que la botella puede verse vacía o medio llena, depende de nuestra actitud. Aquí los dos vendedores de zapatos con dos actitudes opuestas, el primero en cuanto comenzó se dieron por vencido sin ni siquiera intentarlo, el segundo se vio desde el comienzo muy motivado y con una actitud positiva.

LECTURA N° 2

CUENTO PARA REFLEXIONAR



OBJETIVO: Reflexionar en los alumnos la importancia de tener un autoconcepto bueno y firme para lograr en ellos el respeto y el amor para sí mismos.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Duración: 5 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD 1: Relatar la siguiente historia

"Dijo. Un hombre a otro:

-Con la marea alta, hace mucho tiempo, escribí con mi cayado, unas líneas en la arena. Y la gente aún se detiene para leerlas y cuida mucho de que no se borren.

Y el otro hombre dijo:

-Yo también escribí unas líneas en la arena, pero lo hice durante la marea baja. Y las olas del inmenso mar las borraron y breve fue su vida. Pero dime; ¿qué fue lo que tú escribiste? Y el primer hombre respondió:

-Escribí Soy lo que soy. ¿Y tú, qué escribiste?

Y el otro hombre dijo:

-Escribí esto: Soy sólo una gota de este mar inmenso. "

ACTIVIDAD 2: Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado. Brevemente, me parece muy bueno el cuento para señalar que el primer hombre a pesar de haber escrito en la arena con la marea alta sus líneas no fueron borrados ya que sus frases indicaban firmeza y seguridad, el era lo que era y punto y estaba orgulloso de ser. O sea nadie ni nada podía borrar lo que él pensaba de sí mismo, tiene alta autoestima. Mientras que el segundo hombre se sentía solo una gotita de aquel mar inmenso, pareciera que se sentía como pequeño, inferior. No son palabras alentadoras para nadie.

LECTURA N° 3

LA MAESTRA DE TEDDY



OBJETIVO: Concienciar con los alumnos acerca de la importancia de erradicar la discriminación dentro y fuera del aula de clase mediante el relato y reflexión de la lectura.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Duración: 10 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD 1: Relatar la siguiente historia

El primer día de clase, la señorita Ángela, maestra del último curso de Infantil, les dijo a todos sus alumnos que a todos quería por igual. Pero eso no era del todo cierto, ya que en la primera fila se encontraba, hundido en su pupitre, Juan García, a quien la profesora Ángela conocía desde el año anterior y había observado que era un niño que no jugaba bien con los otros niños, que sus ropas estaban desaliñadas y que necesitaba constantemente de un buen aseado. Con el paso del tiempo, la relación entre la profesora y Juan se volvió desagradable, hasta el punto que ésta comenzó a sentir una preocupante antipatía por este alumno.

Un día, la dirección de la escuela le pidió a la señorita Ángela revisar los expedientes anteriores de cada niño de su clase para así comprobar su evolución. Ella puso el expediente de Juan el último, dudando incluso de leerlo. Sin embargo, cuando llegó a su archivo se llevó una gran sorpresa. La maestra de

segundo año escribía: Juan es un niño brillante con una sonrisa espontánea y sincera. Realiza sus desempeños con esmero y tiene buenos modales; es un deleite tenerlo cerca. Su maestra de tercer año escribió: Juan es un excelente alumno, apreciado y querido por sus compañeros, pero tiene problemas en casa debido a la tensa relación de pareja que mantienen sus padres.

La maestra de cuarto año escribió: los constantes problemas en casa de Juan han provocado la separación de sus padres; su madre se ha refugiado en la bebida, y su padre apenas va a visitarle. Estas circunstancias están provocando un serio deterioro en su desempeño escolar, ya que no asiste a clase con la asiduidad y puntualidad característica, y cuando lo hace, provoca altercados con sus compañeros o se duerme.

En ese momento, la señorita Ángela se dio cuenta del problema, y se sintió culpable y apenada, sentimiento que creció cuando al llegar las fechas navideñas, todos los alumnos le llevaron los regalos envueltos en papeles brillantes y preciosos lazos, menos Juan, quién envolvió torpemente el suyo en papel de periódico.

Algunos niños comenzaron a reír cuando ella encontró dentro de esos papeles arrugados, un brazalete de piedras al que le faltaban algunas cuentas, y un frasco de perfume a medio terminar. La señorita intentó minimizar las burlas que estaba sufriendo Juan, alabando la belleza del brazalete, y echándose un poco de perfume en el cuello y las muñecas. Juan García se quedó ese día después de clase solo para decir: señorita Ángela, hoy oliste como cuando yo era feliz.

Después de que todos los niños se fueran, Ángela estuvo llorando durante una larga hora. Desde ese mismo día, renunció a enseñar solo lectura, escritura y aritmética, y comenzó a introducir la enseñanza de valores, sentimientos y principios a los niños. A medida que pasaba el tiempo, Ángela empezó a tomar un especial cariño a Juan, y cuanto más trabajaba con él desde el afecto y la comprensión, más despertaba a la vida la mente de aquél chavalín desaliñado. Cuanto más lo motivaba, más rápido aprendía, cuanto más lo quería, más

comprendía. Y así, de este modo, al final del año, Juan se había convertido en uno de los niños más espabilados de la clase.

Un año después, la señorita Ángela encontró una nota de Juan debajo de la puerta de su clase contándole, que ella era la mejor maestra que había tenido en su vida.

Pasaron 7 años antes de que recibiera otra nota de Juan. Esta vez le contaba que había terminado primaria y que había obtenido una de las calificaciones más altas de su clase, y que todavía ella era la mejor maestra que había tenido. Pasaron 7 años, y recibió otra carta. Esta vez explicándole que no importando lo difícil que se habían puesto las cosas en ocasiones, y los esfuerzos que habían tenido que realizar para sacar adelante los estudios, había permanecido en la escuela y pronto se matricularía en la Universidad, asegurándole a la señorita Ángela, que ella seguía siendo la mejor maestra que había tenido en su vida.

7 años más tarde recibió una carta más. En esta ocasión le explicaba que después de haber recibido su título universitario, decidió ir un poco más lejos, seguir estudiando y aprendiendo cosas nuevas. En la firma de su carta, llamaba la atención la longitud de su nombre: Dr. Juan García Corrales. En la posdata, aparecían las siguientes palabras: sigues siendo la mejor maestra que he tenido en mi vida...Gracias señorita Ángela por creer en mí. Muchas gracias por hacerme sentir importante y por enseñarme que yo podía marcar la diferencia. La señorita Ángela con lágrimas en los ojos, le contestó: Juan, estás equivocado. Tú fuiste quien me enseñó que yo podría marcar esa diferencia. No sabía cómo enseñar hasta que te conocí.

ACTIVIDAD 2: Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado:

Es importante no quedarse nunca en la superficie de las cosas, no etiquetar, no quedarnos con lo evidente. A veces las apariencias nos engañan y juzgamos a los demás por lo que tienen y no por lo que son.

LECTURA N° 4

EL LABRADOR



OBJETIVO: Desarrollar en los alumnos una personalidad firme y segura para evitar que se dejen influenciar por los demás.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Duración: 7 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD 1: Relatar la siguiente historia

Un labrador iba con su hijo a la feria de un pueblo cercano y llevaban un mulo viejo. Cuando pasaron por una aldea, algunos hombres comentaron lo estúpido que era llevar un burro e ir andando, por lo que el labrador le dijo al hijo que se subiera encima del animal. Pasaron por su lado unas mujeres y comentaron lo desconsiderado que era el hijo por permitir que su anciano padre fuese andando mientras él iba sentado en el pollino, con lo que el hijo se bajó ocupando el padre su lugar. Otros hombres que vieron la escena comentaron lo injusto que era que fuese el padre subido al burro cuando ya había vivido su vida mientras que el hijo joven tenía que acarrear con las penurias del camino.

Al final, decidieron subirse los dos encima del asno, pero unas mujeres que pasaron por allí criticaron la acción, pues el animal era demasiado viejo para llevar tanto peso.

ACTIVIDAD 2: Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado:

Este cuento nos ilustra que no podemos conseguir la aprobación de todo el mundo, siempre habrá alguien que tenga otra opinión distinta a la de nosotros. Es cierto que el amor y el afecto son los bienes más preciados, pero también tenemos que reconocer que no son imprescindibles para la vida adulta. Nuestro valor como Seres Humanos es independiente del respeto y afecto que recibimos de los demás. Es mejor dedicar todo nuestro esfuerzo a amarnos un poco más a nosotros mismos, pues, además, paradójicamente, cuando uno no busca algo es cuando lo consigue.

LECTURA N° 5

¿CÓMO CRECER?



OBJETIVO: Desarrollar en los alumnos sus autoestima y autoconcepto para mejorar su desempeño académico.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Duración: 5 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD 1: Relatar la siguiente historia:

Un rey fue hasta su jardín y descubrió que sus árboles, arbustos y flores se estaban muriendo. El roble le dijo que se moría porque no podía ser tan alto como el pino. Volviéndose al pino, lo halló caído porque no podía dar uvas como la vida. Y la vid se moría porque no podía florecer como la rosa. La rosa lloraba porque no podía ser alta y sólida como el roble. Entonces encontró una planta, una fresia, floreciendo y más fresca que nunca. El rey preguntó: ¿Cómo es que creces saludable en medio de este jardín mustio y sombrío? No lo sé. Quizás sea porque siempre supuse que cuando me plantaste, querías fresias.

Si hubieras querido un roble o una rosa, los habrías plantado.

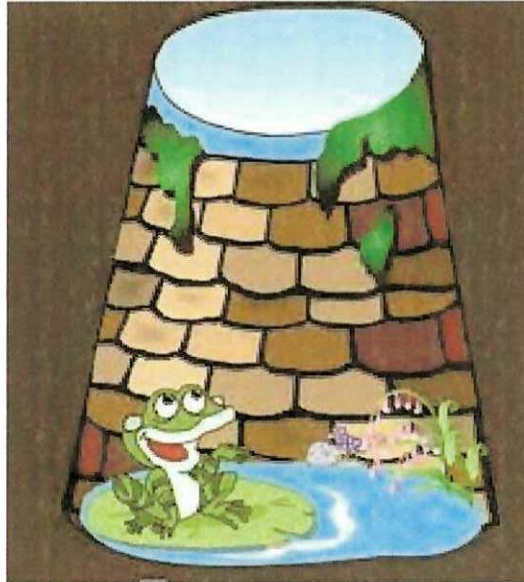
En aquel momento me dije: "Intentaré ser Fresa de la mejor manera que pueda".

ACTIVIDAD 2: Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado:

Nos fijamos en lo que no tenemos, sin valorar las cosas que hay a nuestro alrededor, vivimos en busca de la ansiada felicidad sin darnos cuenta que esa felicidad no depende de lo que tenemos, y el no mirar a la dirección adecuada nos priva de vivir satisfechos con nosotros mismos.

LECTURA N° 6

RANA DE POZO



OBJETIVO: Desarrollar en los alumnos una mente abierta a plantearse metas significativas en su vida para fomentar su iniciativa y liderazgo.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Duración: 10 minutos

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD 1: Relatar la siguiente historia:

En un pozo profundo vivía una colonia de ranas. Llevaban su vida, tenían sus costumbres, encontraban su alimento y croaban a gusto haciendo resonar las paredes del pozo en toda su profundidad. Protegidas por su mismo aislamiento, vivían en paz, y sólo tenían que guardarse del pozo que, de vez en cuando, alguien echaba desde arriba para sacar agua del pozo. Daban la alarma en cuanto oían el ruido de la polea, se sumergían bajo el agua o se apretaban contra la pared, y allí esperaban, conteniendo la respiración, hasta que el pozo lleno de agua era izado otra vez y pasaba el peligro. Fue a una rana joven a quien se le

ocurrió pensar que el pozal podía ser una oportunidad en vez de un peligro.

Allá arriba se veía algo así como una claraboya abierta, que cambiaba de aspecto según fuera de día o de noche, y en la que aparecían sombras y luces y formas y colores que hacían presentir que allí había algo nuevo digno de conocerse. Y, sobre todo, estaba el rostro con trenzas de aquella figura bella y fugaz que aparecía por un momento sobre el brocal del pozo al arrojar el cubo y recobrarlo todos los días en su cita sagrada y temida. Había que conocer todo aquello. La rana joven habló, y todas las demás se le echaron encima: «Eso nunca se ha hecho. Sería la destrucción de nuestra raza. El cielo nos castigará.

Te perderás para siempre. Nosotras hemos sido hechas para estar aquí, y aquí es donde nos va bien y podemos ser felices. Fuera del pozo no hay más que destrucción absoluta. Que nadie se atreva a violar las sabias leyes de nuestros antepasados. ¿Es que una rana jovencuela de hoy puede saber más que ellos?». La rana jovencuela esperó pacientemente la próxima bajada del pozal. Se colocó estratégicamente, dio un salto en el momento en que el pozal comenzaba a ser izado y subió en él ante el asombro y el horror de la comunidad batracia. El consejo de ancianos excomulgó a la rana prófuga y prohibió que se hablara de ella. Había que salvaguardar la seguridad del pozo. Pasaron los meses sin que nadie hablara de ella y nadie se olvidara de ella, cuando un buen día se oyó un croar familiar sobre el brocal del pozo, se agruparon abajo las curiosas y vieron recortada contra el cielo la silueta conocida de la rana aventurera. A su lado apareció la silueta de otra rana, y a su alrededor se agruparon siete pequeños renacuajos. Todas miraban sin atreverse a decir nada, cuando la rana habló: «Aquí arriba se está maravillosamente.

Hay agua que se mueve, no como allá abajo, y unas fibras verdes y suaves que salen del suelo y entre las que da gusto moverse, y donde hay muchos bichos pequeños muy sabrosos y variados, y cada día se puede comer algo diferente. Y luego hay muchas ranas de muchos tipos distintos, y son muy buenas, y yo me he casado con ésta que está aquí a mi lado, y tenemos siete hijos y somos muy felices. Y aquí hay sitio para todas, porque esto es muy grande y nunca se acaba

de ver lo que hay allá lejos.» De abajo, las fuerzas del orden advirtieron a la rana que, si bajaba, sería ejecutada por alta traición; y ella dijo que no pensaba bajar, y que les deseaba a todas que lo pasaran bien, y se marchó con su compañera y los siete renacuajos.

Abajo en el pozo hubo mucho revuelo, y hubo algunas ranas que quisieron comentar la propuesta, pero las autoridades las acallaron enseguida, y la vida volvió a la normalidad de siempre en el fondo del pozo. Al día siguiente, por la mañana, la niña de las trenzas rubias se quedó asombrada cuando, al sacar el cubo con agua del pozo, vio que estaba lleno de ranas. En sánscrito hay una palabra compuesta para designar a una persona estrecha de miras que se conforma con oír lo que siempre ha oído y hacer lo que siempre ha hecho, lo que hace todo el mundo y lo que, según parece, han de hacer todos los que quieran seguir una vida tranquila y segura. La palabra es «rana-de-pozo», y ha pasado del sánscrito a las lenguas indias modernas, en las que se usa con el mismo sentido.

A nadie le gusta que se la digan. Aun así, el mundo está lleno de pozos, y los pozos llenos de ranas. Y niñas con trenzas rubias siguen llevándose sustos de vez en cuando por la mañana.

ACTIVIDAD 2: Realizar un breve comentario con los estudiantes acerca de lo escuchado:

Mente abierta versus rigidez mental, la rigidez mental es utilizada muchas veces porque nos aporta seguridad, control, abrir la mente a lo desconocido nos produce miedo y sin embargo puede ser la puerta del éxito.

3.6.9 PLAN OPERATIVO DE ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES Y ESTRATEGIAS PERSONALES Y SOCIALES

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Descubrir el poder creativo de cada estudiante. 	<p>Ejercicio de autoconcepto</p>	<ul style="list-style-type: none"> Entregar una hoja de papel a cada estudiante Pedir que la dividan en dos partes una angosta y la otra más ancha. Indicar que en la parte más ancha deben realizar cualquier cosa propia de su creatividad y en la angosta escribir adjetivos que describan los sentimientos y emociones que sienten en ese momento. Intercambiar las hojas entre todos los estudiantes. 	<p>15 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lápices Hojas de papel Pinturas Pizarrón Marcadores 	<p>Autocalificación mediante escala numérica</p>

3.6.10 ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES Y ESTRATEGIAS PERSONALES Y SOCIALES A DESARROLLAR EN EL AULA

Las habilidades personales son aptitudes propias de cada individuo que configuran su manera de ser.

La adquisición de destrezas y habilidades hacen que los alumnos mejoren sus conductas y sus relaciones sociales, lo que permite que se sientan más seguros de sí mismos, que actúen con más confianza y acometan con éxito las relaciones con los demás, con lo que mejoran la opinión y la estima de sí mismos.

EJERCICIO DE AUTOCONCEPTO

OBJETIVOS:

Animar a los participantes a enfocarse en cómo se sienten sobre su propio poder de creatividad y hacerlos ver que los demás tienen sentimientos similares.

Participantes: Estudiantes de los décimos años de E.B.

Tiempo requerido: 15 minutos.

Material:

1. Un lápiz o esféro, un papel en blanco y dos tarjetas de cartulina de 7.5 cm. X 12.5 cm. para cada participante.
- 2.-Pizarrón y marcadores.

Lugar: Salón de clases

Responsable: Docentes de cualquier área

ACTIVIDAD: Conocer el yo interior y desarrollar la creatividad

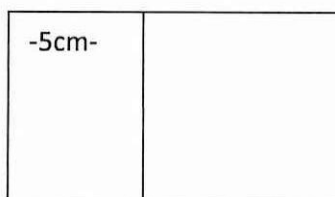
Ve lo que le han hecho a mi inteligencia mamá: un ejercicio de creatividad y de autoconcepto

DESARROLLO:

1. Se pide a los participantes que se sienten en los escritorios formando un círculo o que se sienten alrededor de una mesa grande.

2. El instructor anuncia que el grupo está en una actividad experimental de creatividad. (El instructor no establece los objetivos al iniciar el ejercicio debido que estas expectativas pueden inhibir el auto descubrimiento del grupo).

3. El instructor distribuye el papel, el lápiz y las tarjetas de archivo y les pide que dibujen una línea a unos 5 cm. a la derecha del lado angosto del papel, como se muestra abajo:



El espacio de la izquierda es para notas marginales. El grande a la derecha es para la “creación” de la persona.

4. Formar grupos de 10 estudiantes

5. El instructor les dice que tienen diez minutos para que sean creativos. Puede comentar que los maestros a menudo les piden a sus alumnos que sean creativos en una composición, en algo artístico, poesía u otras cosas.

6. Antes de que empiecen con lo señalado, el instructor le pide a cada persona que escriba en el lado izquierdo del papel un adjetivo que describa cómo se siente respecto a la actividad.

7. Los participantes empiezan el ejercicio. Se permite cualquier cosa: escribir, doblar el papel, dibujar, etc.

8. Después de unos minutos (cinco) de esta tarea creativa, el instructor les pide que escriban otro adjetivo que describa sus sentimientos actuales.

9. Cuando cada persona termina, se le dan instrucciones para que escriba un tercer adjetivo describiendo sus sentimientos.

10. Cuando los participantes han terminado sus creaciones y sus adjetivos, el instructor les pide que califiquen sus propias creaciones en una escala del uno al diez (diez es el más alto), pongan su calificación en la tarjeta y se la pasen a él en forma anónima.

11. El instructor le pide al grupo que circulen sus creaciones, de acuerdo a las manecillas del reloj, hasta que regrese la suya. Todos ven la creación de los demás. Al mismo tiempo, el instructor calcula la calificación promedio.

12. El instructor le pide al grupo que escriban en la otra tarjeta lo que estimen como calificación promedio de la capacidad creativa del grupo (diez es lo más alto). Se recogen las tarjetas y se calcula un nuevo promedio.

13. El grupo discute las causas que dieron las dos calificaciones y qué representa el promedio. Después de alguna discusión, el instructor escribe las calificaciones reales en el pizarrón.

13. Invariablemente el significado de los juicios propios será menos que el significado de otros juicios. El instructor continúa la discusión, enfocada en varios puntos:

- a) La relación entre el autoconcepto y la creatividad.
- b) Los puntos de vista personales del potencial creativo.
- c) Los maestros como jueces de la creatividad.
- d) Los sentimientos / ansiedad del participante producidos por la petición de la creatividad.
- e) La demanda cultural y los juicios de ser creativo.

3.6.11 PLAN OPERATIVO DE HABILIDADES COGNITIVAS

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Reforzar los conocimientos adquiridos en los cuales se encuentre dificultad de aprendizaje para mejorar su entendimiento. 	<p>Los artrópodos</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realizar una salida de observación a un lugar abierto a la naturaleza. Observar los animales pequeños que habitan en este lugar y las características que poseen Tomar apuntes de lo que han observado. De regreso en el colegio elaborar una tabla de características de los artrópodos de acuerdo a su clasificación. Formar grupos de trabajo y realizar un collage de este tema Exponer los trabajos realizados ante el grupo de clase 	<p>4 horas</p>	<ul style="list-style-type: none"> Revistas de insectos Papelografos Pegamento Marcadores Cuaderno de notas Lápiz Refrigerio 	<p>Cuantitativa mediante la exposición de trabajos realizados</p>

3.6.12 HABILIDADES COGNITIVAS

La habilidad cognitiva es la habilidad de todo ser humano para adquirir conocimiento en general.

A continuación detallamos las siguientes:

1. Observación de fenómenos; con procedimientos como los registros de datos, los autoinformes, las entrevistas o los cuestionarios.
2. La comparación y análisis de datos; con procedimientos como el emparejamiento, las tablas comparativas, la toma de apuntes, el subrayado, la prelectura o la consulta de documentación.
3. La ordenación de hechos; con procedimientos como la elaboración de índices alfabéticos o numéricos, inventarios, colecciones y catálogos, distribución de horarios u ordenación topográfica.
4. La clasificación y síntesis de datos; con procedimientos como los glosarios, los resúmenes, los esquemas o los cuadros sinópticos.
5. La presentación de fenómenos; con procedimientos como los diagramas, los mapas de conceptos, los planos y maquetas, los dibujos, las historietas, los periódicos murales o el uso del gesto o la mímica.
6. La retención de datos, con procedimientos como la repetición, la asociación de palabras o de palabras e imágenes.
7. La recuperación de datos; con procedimientos como las referencias cruzadas, el uso de categorías o las técnicas de repaso y actualización.
8. La interpretación o inferencia de fenómenos, con procedimientos como el parafraseado, la argumentación, la explicación mediante metáforas o analogías, la planificación y anticipación de consecuencias, la utilización de inferencias, deductivas e inductivas, la formulación de hipótesis.
9. La transferencia de habilidades, con procedimientos como la autointerrogación o la generalización.

10. La demostración y valoración de los aprendizajes, con procedimientos como la presentación de trabajos e informes, la elaboración de juicios y dictámenes o la confección de pruebas o exámenes.

ACTIVIDAD:

OBJETIVO: Reforzar los conocimientos adquiridos en los cuales se encuentre dificultad de aprendizaje para mejorar su entendimiento.

Procedimiento.- Realizar visitas de observación a diversos lugares para tener una mejor percepción de conocimientos de temas donde haya mayor dificultad de aprendizaje.

Duración: Dependerá del lugar a donde se realice el viaje

Responsable: Docentes de cualquier área

Participantes.- Alumnos de los décimos años de Educación Básica

Tiempo de frecuencia: 4 veces al año

Ejemplo:

TEMA: Los artrópodos

OBJETIVO: Identificar las características y clasificación de los artrópodos a través de la observación directa para interiorizar este conocimiento.

Materiales:

- Revistas de insectos
- Papelografos
- Goma
- Marcadores
- Regla
- Cuaderno de notas
- Lápiz
- Refrigerio (para servirse en el lugar donde se realizara la visita de observación)

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Responsable: Maestro de Ciencias Naturales

Duración:

En el siguiente tema se utilizaran las 10 habilidades cognitivas dichas anteriormente:

1. Definir que son los artrópodos y su clasificación
2. Salir a una excursión por algún bosque cerca del colegio.³
3. Al llegar al bosque observar los animales pequeños que habitan en el y que características poseen. (Por ejemplo las arañas, ciempiés, escorpiones, saltamontes, moscas, mariposas, orugas, etc.)
4. Tomar apuntes de de lo que observan.
5. Realizar una tabla de las características de los artrópodos de acuerdo a su clasificación.
6. Ya al regresar al colegio pedir que formen grupos de trabajo de hasta 5 estudiantes.
7. Pedir que elaboren un collage de este tipo de animales en base a los apuntes que tomaron en la visita de observación al bosque.
8. Exponer los trabajos realizados en grupos ante toda la clase.
9. Finalmente pedir comentarios y opiniones de cómo les pareció esta técnica de trabajo y argumentar el porqué.

3.6.13 PLAN OPERATIVO DE HABILIDADES SOCIALES

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Desarrollar la iniciativa en los alumnos a través de la motivación para descubrir nuevas habilidades en ellos. 	Sainete: “La Vaquita”	<ul style="list-style-type: none"> Relatar la historia “La Vaquita” Pedir voluntarios para participar en la dramatización de esta historia. Desarrollar la obra Comentar sobre lo observado 	1 hora 30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Lectura Vestuarios adecuados por los estudiantes 	Cualitativa mediante observación directa
<ul style="list-style-type: none"> Inculcar en los alumnos valores como la generosidad, respeto y humanismo hacia los demás para rechazar todo tipo de discriminación dentro y fuera del aula de clase. 	Sainete: “Como un soldado de Vietnam”.	<ul style="list-style-type: none"> Relatar la historia “La Vaquita” Pedir voluntarios para participar en la dramatización de esta historia. Desarrollar la obra Comentar sobre lo observado 	1 hora 30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> Lectura Vestuarios adecuados por los estudiantes 	

3.6.14 HABILIDADES SOCIALES

Se denomina habilidades sociales a los comportamientos que cada individuo adopta frente al grupo.

Relaciones Interpersonales:

Es la capacidad del individuo para entenderse con los demás ya sea al mismo o a diferentes niveles jerárquicos. Implica también ser tolerante, comprendiendo las debilidades y limitaciones de los demás y tener fe en las instituciones en general.

En el proceso enseñanza-aprendizaje, no todo se circunscribe a dar conocimientos o información: demostración de procedimientos, descripción de ideas, ilustración de conceptos, etc., es también valorar las relaciones humanas con los alumnos y otorgarle la gran importancia que tiene la relación profesor-alumno y alumnos entre sí, en el aprendizaje.

ACTIVIDAD: Sainete

OBJETIVO GENERAL: Mejorar las relaciones interpersonales entre los alumnos a través de la participación de los mismos en sainetes de diferentes temas que llamen su interés y atención.

Duración: 1 hora y 30 minutos

Tiempo de Frecuencia: Una vez por trimestre

Responsable: Docentes de cualquier área

Participantes.- Alumnos de los décimos años de Educación Básica

Materiales: Atuendos (pueden ser adecuados por los alumnos)

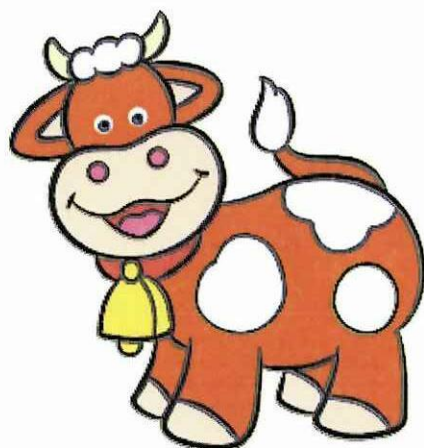
Lugar: Salón de clase

Ejemplos:

SAINETE N° 1

TEMA: LA VAQUITA

OBJETIVO: Desarrollar la iniciativa en los alumnos a través de la motivación para descubrir nuevas habilidades en ellos.



1. Pedir voluntarios para que participen en la dramatización del relato “LA VAQUITA”.
2. Entregar los papeles y diálogos que van a desempeñar cada participante en la obra. (Debe ser entregado con 1 semana de anticipación).
3. Desarrollo de la obra:

RELATOR: Un maestro de la sabiduría paseaba por el bosque con su fiel discípulo, cuando a lo lejos vio un sitio de apariencia pobre, decidiendo hacer una visita al lugar. Durante la caminata comentaban:

SABIO: Tienes que saber amigo mío, que estas visitas que realizamos son muy importantes ya que así podemos conocer personas nuevas y diferentes y vivir nuevas experiencias.

DISCÍPULO: Si maestro es verdad.

RELATOR: Llegando al lugar constato la pobreza del sitio, entre sus habitantes se encontraba una pareja y sus tres hijos, que vivían en una casa de madera, estaban vestidos con ropas sucias, rasgadas y no tenían calzado.

Entonces el sabio aproximándose al padre de familia le preguntó:

SABIO: Si en este lugar no existen señales de trabajo, ni puntos de comercio ¿Cómo hacen usted y su familia para sobrevivir aquí?

El señor calmadamente le respondió:

PADRE: Amigo mío nosotros tenemos una vaquita que nos da varios litros de leche todos los días. Una parte del producto la vendemos o la cambiamos por otros alimentos en el pueblo vecino y con la otra parte producimos quesos, cuajada, etc, para nuestro consumo y así es como vamos sobreviviendo.

RELATOR: el sabio después de contemplar por un momento el lugar, se despidió.

SABIO: La agradezco por la información que me ha brindado, pero mi discípulo y yo ya tenemos que marcharnos, hasta luego.

PADRE: Hasta luego, que le vaya bien.

RELATOR: En medio del camino se dirigió a su discípulo y le ordenó:

SABIO: Busca la vaquita llévala al precipicio de allí en frente y empújala por el barranco.

RELATOR: El joven espantado, observó al maestro y le dijo:

DISCIPULO: Pero maestro esa vaquita es el único medio de subsistencia de esa familia, ¿cómo me pide que haga eso?

RELATOR: Pero al percibir un absoluto silencio por parte del sabio, decidió cumplir la orden. Y así empujó la vaquita al precipicio y la vio morir.

Aquella escena quedo grabada en la memoria del joven durante algunos años.

Un bello día el joven decidió abandonar lo que había aprendido y regreso a aquel lugar para contarle todo a aquella familia, pedirles perdón y ayudarles.

Así lo hizo y a medida que se aproximaba al sitio, comenzó a ver todo cambiado, bonito, con flores y árboles frutales, donde se veía una lujosa casa y algunos niños jugando en el jardín. Enseguida se sintió muy triste, mientras pensaba:

DISCIPULO: Oh Dios mío esa pobre familia debió haber vendido el terreno para poder sobrevivir.

RELATOR: El joven aceleró el paso y al llegar fue recibido por un simpático señor.

DISCÍPULO: Buenos días señor disculpe acaso sabe algo de la familia que vivía hace unos años aquí.

PADRE: Pero si aún seguimos viviendo aquí, mira aquí estamos todos.

RELATOR: El joven entro a la casa y confirmo que era la misma familia que visito anteriormente que visito junto con su maestro.

DISCÍPULO: La casa es muy bonita de verdad, pero ¿como hizo para mejorar este lugar y cambiar de estilo de vida?

PADRE: Nosotros teníamos una vaquita que cayó por el precipicio y murió, de ahí en adelante nos vimos en la necesidad de hacer otras cosas y desarrollar otras habilidades que no sabíamos que poseíamos, es de esta manera que alcanzamos el éxito que sus ojos miran ahora.

RELATOR: El discípulo se despidió muy feliz de haberlos vuelto a ver.

DISCÍPULO: Adiós, fue un placer volver a verlos.

4. Pedir a los alumnos que comenten acerca de este relato y que les pareció.

SAINETE N°2

TEMA: COMO UN SOLDADO DE VIETNAM



OBJETIVO: Inculcar en los alumnos valores como la generosidad, respeto y humanismo hacia los demás para rechazar todo tipo de discriminación dentro y fuera del aula de clase.

1. Pedir voluntarios para que participen en la dramatización del relato “COMO UN SOLDADO DE VIETNAM”
2. Entregar los papeles y diálogos que van a desempeñar cada participante en la obra. (Debe ser entregado con 1 semana de anticipación).
3. Desarrollo de la obra:

RELATOR: Se cuenta una historia acerca de un soldado que por fin llegaba a casa después de haber combatido en Vietnam. Les llamo a sus padres desde San Francisco:

SOLDADO: Hola mamá y papá voy de regreso a casa, pero quiero pedirles un favor: tengo un amigo que me gustaría llevar conmigo.

PAPÁ Y MAMÁ: Seguro, tráelo que aquí será bien recibido, nos encantar conocerlo.

SOLDADO: Solo que hay algo que deben saber, el ha sido fuertemente herido en combate. Tropezó con una mina en algún lugar y perdió una pierna y un brazo. No tiene a donde ir y quiero que vaya a vivir con nosotros.

PAPÁ: Nos duele oír eso hijo. Posiblemente podamos ayudarlo encontrando un lugar donde pueda vivir.

SOLDADO: No papá y mamá yo quiero que vaya a vivir con nosotros.

PAPÁ: Hijo no sabes lo que estas pidiendo, alguien con un problema de incapacidad así podría ser un terrible estorbo para nosotros. Tenemos que vivir nuestras vidas y no podemos permitir que algo como eso infiera en ellas. Yo creo que deberías venir a casa y olvidarte de ese joven. Ya encontrara una forma de salir adelante con su vida por sí solo.

RELATOR: En ese momento el hijo colgó el teléfono y los padres no volvieron a oír nada de él. Sin embargo, algunos días después recibieron una llamada de un policía de San Francisco, que les dijo:

POLICÍA: Buenas tardes, hablo a la casa de la familia Arteaga

PADRE: Si soy el señor Arteaga, en que le puedo ayudar.

POLICÍA: Llamo para comunicarles la terrible noticia que su hijo ha sido encontrado muerto, al caer de un edificio, todo señala que fue un suicidio.

RELATOR: Los sorprendidos y asustados padres acudieron a la ciudad de San Francisco y fueron conducidos a la morgue a identificar el cadáver de su hijo.

Efectivamente lo reconocieron, pero para su horror, descubrieron algo que no sabían. Su hijo solo tenía un brazo y una pierna.

4. Pedir a los alumnos que comenten acerca de este relato y que les pareció.

3.6.15 PLAN OPERATIVO DE CREATIVIDAD EN EL AULA

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> Desarrollar la motivación creativa en el aula mediante la experimentación con objetos de material desecho (reciclable) para la apreciación del volumen de aire que entra a nuestros pulmones. 	Construcción de un espirómetro	<ul style="list-style-type: none"> Explicar el procedimiento que realizan los pulmones para recibir y emitir el aire del exterior Formar grupos de 10 estudiantes Pedir a cada grupo traer los materiales necesarios para esta actividad Explicar paso a paso la construcción de este objeto Realizar un grupal de lo realizado Exponer los trabajos realizados ante el aula de clase 	5 horas	<ul style="list-style-type: none"> 1 botellón de agua de 6 litros sin agarradera y vacío. 1 probeta de 500cm³ 1 manguera de goma de 1 metro de longitud Agua de la llave 1 lavacara grande 1 marcador 1 soporte universal Laboratorio de Ciencias Naturales 	Cuantitativa mediante la exposición de trabajos realizados

3.6.16 LA CREATIVIDAD EN EL AULA

Se puede definir a la creatividad de muchas formas. En este trabajo se la define como la actitud o disposición que existe en estado potencial en toda persona y en toda edad para ir más allá de la información o estímulo recibido y proponer diversos enfoques o alternativas de solución frente a una situación o problema. Es originalidad de ideas, invención, innovación.

La creatividad no solo se limita al pensamiento creativo sino comprende también las motivaciones, los intereses y rasgos de personalidad.

La enseñanza creativa sostiene que la creatividad puede enseñarse a través de todo un proceso que estimule su desarrollo pleno, desterrando los métodos tradicionales y autoritarios.

1. El primer paso consiste en apreciar la creatividad
2. Insistir a los alumnos a que piensen y actúen creativamente, sin duda algunas de sus respuestas serán originales y útiles a la vez que otras serán tontas, ofensivas y raras.
3. El docente tendrá que aceptar eso sin censurar ni castigar errores.
4. Motivar a los alumnos a formular preguntas y a comprobar el valor de sus ideas mediante experimentos.
5. Motivar a los alumnos a cultivar intereses por medio de pasatiempos, adquisición de conocimientos especializados o el ejercicio de varias destrezas.
6. Insistir en la manipulación de objetos e ideas, enseñar a comprobar sistemáticamente las propias ideas.
7. Fomentar el interés por el reciclaje, ya que mediante este cuidamos el planeta y desarrollamos nuestra creatividad.

ACTIVIDAD:

OBJETIVO: Infundir la creatividad e imaginación en los alumnos mediante la creación de productos originales y novedosos.

Procedimiento.- realizar una casa abierta, donde se expongan productos y experimentos que destaquen la creatividad e imaginación de los alumnos.

Duración: 5 horas

Responsable: Docentes de los décimos años de Educación Básica de diferentes asignaturas.

Participantes.- Alumnos de los décimos años de Educación Básica

Tiempo de frecuencia: 1 vez por trimestre

Ejemplo:

TEMA: CONSTRUCCIÓN DE UN ESPIRÓMETRO

DESCRIPCIÓN:

Para medir la capacidad vital de los pulmones actualmente se utiliza el espirómetro. La capacidad pulmonar total es de aproximadamente seis litros de aire.

- El volumen residual o la cantidad de aire que siempre permanece en los pulmones aun después de una aspiración forzada es de (1,5 L)
- El volumen corriente o cantidad de aire que se intercambia con la atmósfera es una respiración normal y en reposo (0,5 L)
- El volumen de reserva inspiratorio o cantidad de aire que inhala forzadamente luego de una inspiración normal es de (3 L)
- El volumen de reserva espiratoria o cantidad de aire adicional que puede ser eliminada de los pulmones es una espiración forzada luego de una inhalación normal (1L)

OBJETIVO:

Desarrollar la motivación creativa en el aula mediante la experimentación con objetos de material desecho (reciclable) para la apreciación del volumen de aire que entra a nuestros pulmones.

Materiales:

- 1 botellón de agua de 6 litros sin agarradera y vacío.
- 1 probeta de 500cm³
- 1 manguera de goma de 1 metro de longitud
- Agua de la llave
- 1 lavacara grande
- 1 marcador
- 1 soporte universal
- 1 soga

Participantes: Estudiantes de los décimos años de Educación Básica

Responsable: Maestro de Ciencias Naturales

PROCEDIMIENTO:

1. Llenar la probeta con 500 cm³ de agua, verter ese volumen de agua en el botellón.

En la parte exterior marca el nivel alcanzado. Repite este procedimiento hasta hacer nuevas marcas.

2. Agrega agua a la lavacara.

3. Sobre la lavacara coloca el botellón en forma invertida, dentro del recipiente. No importa que se derrame parte del contenido, pero debe quedar la mayor parte de agua en el botellón

4. Observa que el nivel del agua de la lavacara coincida con la primera marca del botellón.

- 5.** Introduce el tubo de goma en el botellón, dejando libre un extremo fuera del recipiente.
- 6.** Amarra el botellón con la soga y sostenlo al soporte.
- 7.** Aspira normalmente por el tubo y aprieta el exceso antes de retirarlo de la boca.
- 8.** Luego realiza una aspiración normal soplando por el tubo de goma.
- 9.** Repite los pasos 6 y7 con compañeros/as de distinto peso, sexo y edad.
- 10.** Toma nota de los resultados obtenidos.
- 11.** Confecciona un cuadro con la siguiente información y llénalo con los datos de tu experiencia.

3.7 Conclusiones y recomendaciones de la propuesta

3.7.1 Conclusiones:

La capacitación a maestros acerca de dinámicas y técnicas para el mejoramiento de las habilidades sociales y la aplicación de las mismas en el aula de clase ayudó en gran manera a subir el nivel del rendimiento académico de los jóvenes estudiantes.

Los padres deben conocer acerca de las deficiencias, traumas o dificultades de sus hijos para saber cómo ayudarlos y evitar que los aíslen, censuren o perjudiquen su nivel de rendimiento, apoyándolos en la formación de su personalidad, debilitando los muros de sobreprotección y en ciertos casos desinterés de la familia hacia el adolescente.

Los maestros son importantes en la identificación de los valores grupales y la interacción que logren en su salón de clase depende del interés que tengan los adolescentes en el aprendizaje. La socialización no garantiza aceptación de estudiantes con problemas o diferencias sean físicas o psicosociales, es un trabajo arduo e interactivo.

3.7.2 Recomendaciones:

Capacitar a los maestros acerca de dinámicas y técnicas para el mejoramiento de las habilidades sociales y la aplicación de las mismas en el aula de clase con el fin que ayude a mejorar el nivel del rendimiento académico de los jóvenes estudiantes.

Ejecutar reuniones con padres de familia, para que conozcan acerca de las deficiencias, traumas o dificultades de sus hijos para saber cómo ayudarlos y evitar que los aíslen, censuren o perjudiquen su nivel de rendimiento, apoyándolos en la formación de su personalidad.

Realizar actividades de motivación para elevar el autoestima e identificar los valores grupales y la interacción que logren en su salón de clase, socializando a los estudiantes en grupos heterogéneos a fin de aplicar estrategias docentes que fomenten el compañerismo y la aceptación a alumnos con capacidades diferentes físicas, emocionales u otras.

3.6 BIBLIOGRAFIA

Citada:

- ALBERT, Ellis, Autoestima y Adolescentes, Tercera edición, Ed. Don Bosco, 2002, pág. 14
- ANDERMAN, Psicología Educativa, México. Ed. Pearson, 2010, pág. 377
- BRIM, Psicología Educativa, México. Ed. Pearson, 2010, pág. 18
- COLLANTES, Q, Autoestima Alta, Primera Edición, Ed. Bossoky, 1999, pág. 521
- CONDOR, A, Desarrollo de la Autoestima, Primera Edición, Ed. Don Bosco, 1997, pág. 47
- DUNCAN y BROOKS, Gunn, Psicología Educativa, México. Ed. Pearson, 2010, pág. 165
- ENCICLOPEDIA AUTODIDÁCTICA DE PSICOLOGÍA, Ed. Grupo Villalobos. Mejico-Emerita, 1989, pág. 475
- ENCICLOPEDIA DE PSICOLOGÍA, Ed. Mc Graw Hill, México-México, 1999, pág. 228
- ENCICLOPEDIA PUBERTAD y ADOLESCENCIA, Ed. Grupo Océano, 1993, pág. 342
- Enciclopedia SALVAT, Tomo II, Ed. La Condamine, Quito-Ecuador. 2004, pág. 165
- GARCÉS F., El Ambiente Familiar, Tomo II, Ed. Carvajal, 2010, pág. 16
- HAMEL, J, Los adolescentes, Tercera edición, Ed. Don Bosco, 1992, pág. 63
- HIMMEL, citado por CASTEJÓN C, Rendimiento Escolar, Arequipa-Perú, 1998, pág. 91
- JIMÉNEZ D., La Onda, Motívate ya, Vol4.Ecuador, 2001, pág. 28
- KAGAN J., Psicología Educativa, México. Ed. Pearson, 2010, pág. 77
- KAUFMAN, G. y ESPELA, P., Programa Motivacional, Tomo I, Ed. Donnoco, 2005, Pág. 11
- KNOBEL, A, Adolescentes en desarrollo, Tercera Edición, Ed. Carvajal, 2003, pág. 8
- LA GRAN ENCICLOPEDIA EDUCATIVA, 1995 Ed. Océano, pág. 573

MANUAL DE EDUCACIÓN, Ed. Océano, Barcelona, 2002, pág. 132

MASSO, Alonso, La Autoestima, Ed. El Conejo, 1997, pág. 26

MONTERREY G., Demanda educativa, Ed. Siglo XX, Medellín-Colombia, 1994, pág. 76

MUSITU R., Dirección psicológica y moral, Caracas Venezuela., 1983, Pág. 67

OQUENDO A., Programación al éxito. Bogotá-Colombia, 2006, Pág. 49

PARRA, M., La Motivación, Tomo I, Ed. El Bosque, 2005, pág. 37

PIAGET, La autoestima en los adolescentes, Tomo I, Ed. Gosso, 1992, pág. 15

PIZARRO K., El colegio de Sandra, Ed. Antillas, Lima – Perú, 1992, pág. 30

REEVE y JANG, Psicología Educativa, México. Ed. Pearson, 2010, pág. 377

REQUENA L, Evaluación Académica y Moral, Ed. Cordilleras, Santiago-Chile, 1985, pág. 121

SCHUNK, PINTRICH y MEECE, Psicología Educativa, México, Ed. Pearson, 2010, pág. 91

SOLANA, R., La Motivación, Tomo III, Ed. El Conejo, 2004, pág. 3

TORRES M, La Onda, Reflexión, Quito-Ecuador, 2002, pág. 25

VARGAS, José, La adolescencia, Primera edición, Ed. Gosso, 1999, pág. 45

WIFIELD, Psicología Educativa, México. Ed. Pearson, 2010, pág. 82

YOGOSESKY, E, La autoestima, Tomo III, Ed. Carvajal, 2002, pág. 6

Consultada:

Abril V. (2005). Diseño de Proyectos y Tesis, Ambato- Ecuador

Castejón C. (1998). Métodos del didacta. Arequipa-Perú

Cóndor, A. (1997). Retrospectiva humana, Guayaquil-Ecuador

Diccionario de Pedagogía y Psicología (1987). Grupo Grijalvo. Ecuador.

Enciclopedia Autodidáctica de Psicología (1989). Grupo Villalobos. Méjico. Emérita.

Enciclopedia de Psicología, (1999). McGrawHill. Méjico-Mejico

Enciclopedia Pubertad y Adolescencia (1993). Grupo Océano.

Psicología Educativa, (2010), México, Ed. Pearson

La Gran Enciclopedia Educativa, (1995), Ed. Océano

Manual de Educación, (2002), Barcelona, Ed. Océano

Ignacio Abdón Montenegro, (2005), Aprendizaje y Desarrollo de Competencias, Bogotá- Colombia, Ed. Magisterio

Internet:

Beltrán (2003), [www. Google.com/estrategiasdeaprendizajeyautoestima/autodi&traj=com/Yhfd/itemid=190](http://www.Google.com/estrategiasdeaprendizajeyautoestima/autodi&traj=com/Yhfd/itemid=190))

Lambourne (1990) [www.google.com/psicosocio motivacional/docencia & alumnos_dnz679=com/=itemid=314](http://www.google.com/psicosocio_motivacional/docencia_&alumnos_dnz679=com/=itemid=314))

Miranda, A. (2003).www.google.com/cambiopsicosomáticosenadolesente/thy&4tyu=_com=itemid=1234)

Montanero O. y León F. (2001), [www. Google.com/estrategias+aprendizaje/programa intencional/=Dskcom/uwp/itemid=842](http://www.Google.com/estrategias+aprendizaje/programa_intencional/=Dskcom/uwp/itemid=842))

Solana, R.(2004). [www.google.com/motivación/autoes&psicol=hpt/unit ,psb=com= itemid=3209](http://www.google.com/motivación/autoes&psicol=hpt/unit,psb=com= itemid=3209))

Stoner, J; Gilbert, Jr; Freeman, R.; Daniel, R. (1987) www.google.com /conductamotivación/cust&fre=Jnt/pkl, =com=itemid=318)

ANEXOS

ANEXO 1



ENCUESTA DIRIGIDA AL RECTOR DEL COLEGIO FISCAL MIXTO MARCO AURELIO SUBIA

OBJETIVO: Detectar la importancia del autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes

Señor, Rector y Maestros:

La situación actual del incremento de estudiantes con problemas en el rendimiento académico, preocupa a la presente investigación, para detectar la importancia del estudio sobre autoestima en esta área, usted permitirá la búsqueda de soluciones al problema su colaboración contribuirá a este objetivo.

1. ¿Motivan a los estudiantes en la institución?

SI

NO

2. ¿Evalúan a los estudiantes de forma correcta?

SI

NO

3. ¿Ah notado que sus estudiantes carecen de autoestima?

SI

NO

4. ¿Cree usted que es necesario un Programa Motivacional para elevar la autoestima en los estudiantes?

SI

NO

GRACIAS

ANEXO 2



ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE LOS DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO FISCAL MIXTO “MARCO AURELIO SUBIA”

OBJETIVO: Detectar la importancia del autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes

Señores, Señoritas:

La situación actual del incremento de estudiantes con problemas en el rendimiento académico, preocupa a la presente investigación, para detectar la importancia del estudio sobre autoestima en esta área. usted permitirá la búsqueda de soluciones al

DATOS GENERALES

Género: Masculino () Femenino: () Edad.....

Fecha de encuesta.....

INSTRUCCIONES:

Por favor, lee cuidadosamente cada afirmación y escriba en el espacio asignado en la columna de la derecha, el número que corresponda.

Contesta de acuerdo a la siguiente escala:

- 0 Nunca
- 1 Casi nunca
- 2 La mitad de las veces
- 3 Casi siempre
- 4 Siempre

1.- ¿Me siento cómodo respecto a mi imagen física?	
2.- ¿Tengo la sensación de ser una persona sin ningún atractivo físico?	
3.- ¿No tengo ningún talento en especial?	
4.- ¿Siento que la gente que conozco es mejor que yo?	
5.- ¿Me asusta ser rechazado por mis amigos?	
6.- ¿Me siento incapaz de ser sobresaliente en el colegio?	
7.- ¿Si el profesor me pide que participe en clase, me siento incómodo?	
8.- ¿Pienso que mis trabajos no son tan buenos como los de mis compañeros?	
9.- ¿Me siento motivado para estudiar?	

GRACIAS

ANEXO 3



Encuesta al Sr. Rector del Colegio

Marco Aurelio Subía

Infraestructura con la que cuenta la
Institución Educativa

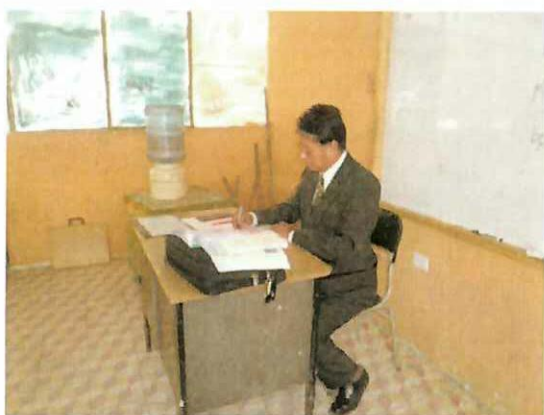


Encuesta realizada a los alumnos del
Décimo año de Educación

Básica paralelo "A" de Educación

Básica

Encuesta realizada a los estudiantes del
Décimo año de Educación
Básica paralelo "B"



Encuestas realizadas al personal de
Docentes de la Institución Educativa

Encuesta realizada a los alumnos del
Décimo año de Educación
Básica paralelo "C"



Actividades recreativas de los alumnos