



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

“FACTORES DE INCIDENCIA EN LA BAJA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA “A”, “B” y “C” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO” DE LA CIUDAD DE IBARRA, PERIODO 2016-2017”.

Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación especialidad Psicología Educativa y Orientación Vocacional.

AUTORA: Miño Jaramillo Carolina
Monserrath

DIRECTOR: Dr. Gabriel Echeverría MSc

Ibarra, 2017

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como director de Trabajo de Grado **“FACTORES DE INCIDENCIA EN LA BAJA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA “A”, “B” y “C” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO” DE LA CUIDAD DE IBARRA, PERIODO 2016-2017”**, realizado por la señorita estudiante MIÑO JARAMILLO CAROLINA MONSERRATH, previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación en la especialidad de Psicología Educativa y Orientación Vocacional.

A ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y los méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el Tribunal que se designe oportunamente.

Es todo lo que puedo certificar por ser justo y legal.



MSc. Gabriel Echeverría
DIRECTOR DEL TRABAJO DE GRADO.

DEDICATORIA

Dedico este Trabajo de Grado a mis padres, mi hermana y mis sobrinos, sin duda la fuente de inspiración y de fortaleza en mi vida. A mi padre por ser la fuente de sabiduría que ha guiado cada paso de mi transcurso académico por la paciencia y la constancia que dedico en mí, a mi madre por su ejemplo de amor y fortaleza y por ser mi mayor ejemplo, ella que plasmo en mi deseo de superación personal y profesional, a mi hermana y sus hijos por siempre ser el motivo de mi felicidad.

Carolina Monserrath

AGRADECIMIENTO

Un agradecimiento muy especial a la prestigiosa Universidad Técnica del Norte la cual abre sus puertas para prepararnos para ser profesionales competitivos formándonos como personas de bien y útiles para nuestra sociedad.

A todos y cada uno de mis maestros a quienes sin duda les debo gran parte de mis conocimientos. Gracias a ellos por su paciencia, enseñanza y conocimientos.

Mis sinceros agradecimientos a toda mi familia por siempre brindarme todo su apoyo incondicional. De manera muy especial mis sentidos agradecimientos a quien de manera experta y agenciosa supo guiar este trabajo de investigación me refiero al Dr. Gabriel Echeverría MSc. sin el cual no hubiese sido posible salir adelante.

De corazón a todos mil gracias.

Carolina Monserrath

ÍNDICE DE CONTENIDO

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE DE CONTENIDO	v
ÍNDICE DE CUADROS.....	ix
ÍNDICE DE GRÀFICOS	xi
RESUMEN	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN	xv
CAPÍTULO I.....	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1. Antecedentes.....	1
1.2. Planteamiento del Problema.....	3
1.3. Formulación del Problema.....	4
1.4. Delimitación.....	5
1.4.1. Unidades de Observación.....	5
1.4.2. Delimitación Espacial.....	5
1.4.3. Delimitación Temporal	5
1.5. Objetivos.....	5
1.5.1. Objetivo General.....	5
1.5.2. Objetivos Específicos.....	5
1.6. Justificación	6
CAPÍTULO II.....	8
2. MARCO TEÓRICO	8
2.1. Fundamentos Teóricos	8
2.1.1. Fundamentación Filosófica	8
2.1.2. Fundamentación Psicológica	9
2.1.3. Fundamentación Pedagógica	10
2.1.4. Fundamentación Sociológica.....	11

2.1.5.	La autoestima	12
2.1.5.1.	¿Qué es la autoestima?	12
2.1.5.2.	Importancia de la autoestima.....	13
2.1.5.3.	Autoestima en el adolescente.....	14
2.1.5.4.	Tipos de autoestima	22
2.1.5.5.	Pilares fundamentales de la autoestima	24
2.1.5.6.	Características de la autoestima.....	25
2.1.5.7.	¿Por qué necesitas de autoestima?	26
2.1.5.8.	Razones porqué es importante una autoestima	26
2.1.5.9.	¿Cómo se forma la autoestima?	27
2.1.5.10.	Fuentes de la autoestima.....	28
2.1.5.11.	Construcción de la autoestima.....	28
2.1.5.12.	Beneficios de la autoestima	30
2.1.5.13.	Barreras de la autoestima.....	31
2.1.5.14.	Gestos que alteran la autoestima	32
2.1.5.15.	Como influye la autoestima en los adolescentes	33
2.1.5.16.	La dualidad de la autoestima	34
2.1.5.17.	Formas de evitar una autoestima negativa	36
2.1.5.18.	Autoestima en el estudiante.....	36
2.1.5.18.1.	Autoestima baja en alumnos.....	37
2.1.5.18.2.	Autoestima alta en alumnos.....	39
2.1.5.19.	Importancia de la autoestima en el desempeño escolar.....	41
2.1.6.	Rendimiento académico	41
2.1.6.1.	El bajo rendimiento académico.....	43
2.1.6.1.1.	Las causas del bajo rendimiento académico	43
2.1.6.2.	Pautas para mejorar el bajo rendimiento académico	46
2.1.7.	¿Qué es una guía?	47
2.1.7.1.	¿Por qué es necesario elaborar una guía didáctica?.....	48
2.1.7.2.	¿Cuáles son las funciones básicas de la guía didáctica? ...	48
2.1.7.2.1.	Función motivadora	48
2.1.7.2.2.	Función facilitadora.....	49
2.1.7.2.3.	Función de orientación y dialogo	49

2.1.7.2.4.	Función evaluadora	49
2.1.7.3.	Orientaciones generales para el estudio.....	50
2.2.	Posicionamiento Teórico Personal	51
2.3.	Glosario de términos.....	52
2.4.	Interrogantes de la investigación	55
2.5.	Matriz Categorial.....	56
CAPÍTULO III.....		57
3.	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	57
3.1.	Tipo de Investigación	57
3.2.	Métodos	58
3.2.1.	Método Matemático	59
3.3.	Técnicas e Instrumentos.....	59
3.4.	Población	60
3.5.	Muestra.....	60
CAPÍTULO IV		61
4.	ANÁLISIS DE RESULTADOS	61
4.1.	Análisis de Resultados (estudiantes).....	61
4.2.	Análisis de Resultados (docentes).....	80
CAPÍTULO V		97
5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	97
5.1.	Conclusiones	97
5.2.	Recomendaciones	98
5.3.	Respuestas a las interrogantes de la investigación	99
CAPÍTULO VI		101
6.	PROPUESTA ALTERNATIVA	101
6.1.	Justificación e importancia.....	101
6.2.	Fundamentación	102
6.3.	Objetivos.....	103
6.3.1.	Objetivo General.....	103
6.3.2.	Objetivos Específicos.....	103

6.4.	Ubicación sectorial y Física	104
6.5.	Desarrollo de la propuesta.....	104
	BIBLIOGRAFÍA.....	160
	ANEXOS.....	164
	ANEXO 1: Formulario del diagnóstico	165
	ANEXO 2: Árbol de Problemas	166
	ANEXO 3: Matriz de Coherencia	167
	ANEXO 4: Encuestas.....	168
	ANEXO 5: Fotografías	172

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Población	60
Cuadro N° 2 Gastos.....	61
Cuadro N° 3 Comunicación familiar	62
Cuadro N° 4 Apoyo y su influencia	63
Cuadro N° 5 Aceptación por su grupo de pares	64
Cuadro N° 6 Mejoras en el nivel de aprendizaje	65
Cuadro N° 7 Dependencia escolar.....	66
Cuadro N° 8 Autoconcepto y aceptación	67
Cuadro N° 9 Autoimagen e influencia en el rendimiento académico	68
Cuadro N° 10 Cambios en el aspecto físico	69
Cuadro N° 11 Querermé y tener aceptación.....	70
Cuadro N° 12 Aceptación y mejoras	71
Cuadro N° 13 Conocimientos complejos	72
Cuadro N° 14 Comunicación con los maestros y su apoyo	73
Cuadro N° 15 Motivación y ambientes adecuados	74
Cuadro N° 16 Trabajo en equipo y adaptación al mismo.....	75
Cuadro N° 17 Importancia del material didáctico.....	76
Cuadro N° 18 Uso del tiempo libre.....	77
Cuadro N° 19 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima... 78	
Cuadro N° 20 Aceptación de la guía didáctica.....	79
Cuadro N° 21 Apoyo económico de los padres hacia los estudiantes.....	80
Cuadro N° 22 Comunicación de sus estudiantes con sus padres.....	81
Cuadro N° 23 Apoyo de los padres hacia sus hijos	82
Cuadro N° 24 Aceptación de todos los miembros de su aula de clase....	83
Cuadro N° 25 La aceptación ayuda al aprendizaje	84
Cuadro N° 26 Dependencia y sus consecuencias	85
Cuadro N° 27 Existe aceptación del aspecto físico en sus estudiantes... 86	
Cuadro N° 28 Autoestima y su influencia académica	87
Cuadro N° 29 Existencia de cambios en los estudiantes para mejorar....	88
Cuadro N° 30 Aprendizajes complejos para los estudiantes	89

Cuadro N° 31 Comunicación y apoyo hacia sus estudiantes.....	90
Cuadro N° 32 Motivación y ambientes adecuados	91
Cuadro N° 33 Trabajo cooperativo y grupal.....	92
Cuadro N° 34 Importancia del material didáctico en el aula	93
Cuadro N° 35 El mal uso de las redes sociales en los estudiantes	94
Cuadro N° 36 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima ...	95
Cuadro N° 37 Uso de la guía didáctica en la institución	96

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 Estabilidad económica.....	61
Gráfico N° 2 Comunicación familiar	62
Gráfico N° 3 Apoyo y su influencia.....	63
Gráfico N° 4 Aceptación por su grupo de pares.....	64
Gráfico N° 5 Mejoras en el nivel de aprendizaje	65
Gráfico N° 6 Dependencia escolar.....	66
Gráfico N° 7 Autoconcepto	67
Gráfico N° 8 Autoimagen e influencia en el rendimiento académico.....	68
Gráfico N° 9 Cambios en el aspecto físico.....	69
Gráfico N° 10 Querermé y tener aceptación	70
Gráfico N° 11 Aceptación y mejoras	71
Gráfico N° 12 Conocimientos complejos.....	72
Gráfico N° 13 Comunicación con los maestros y su apoyo	73
Gráfico N° 14 Motivación y ambientes adecuados.....	74
Gráfico N° 15 Trabajo en equipo y adaptación al mismo	75
Gráfico N° 16 Importancia del material didáctico	76
Gráfico N° 17 Uso del tiempo libre.....	77
Gráfico N° 18 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima ..	78
Gráfico N° 19 Aceptación de la guía didáctica	79
Gráfico N° 20 Apoyo económico de los padres hacia los estudiantes	80
Gráfico N° 21 Comunicación de sus estudiantes con sus padres.....	81
Gráfico N° 22 Apoyo de los padres hacia sus hijos	82
Gráfico N° 23 Aceptación de todos los miembros de su aula de clase ...	83
Gráfico N° 24 La aceptación ayuda al aprendizaje	84
Gráfico N° 25 Dependencia y sus consecuencias	85
Gráfico N° 26 Existe aceptación del aspecto físico en sus estudiantes ..	86
Gráfico N° 27 Autoimagen y su influencia.....	87
Gráfico N° 28 Existencia de cambios en los estudiantes para mejorar ...	88
Gráfico N° 29 Aprendizajes complejos para los estudiantes.....	89
Gráfico N° 30 Comunicación y apoyo hacia sus estudiantes.....	90

Gráfico N° 31 Motivación y ambientes adecuados.....	91
Gráfico N° 32 Trabajo cooperativo y grupal	92
Gráfico N° 33 Importancia del material didáctico en el aula.....	93
Gráfico N° 34 El mal uso del tiempo libre.	94
Gráfico N° 35 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima ..	95
Gráfico N° 36 Uso de la guía didáctica en la institución.....	96

RESUMEN

El trabajo de investigación fue llevado a cabo en el año 2016-2017 en la Unidad Educativa "San Francisco", de la ciudad de Ibarra, para establecer los factores que generan la baja autoestima y su relacionamiento con el rendimiento académico.

A través de la metodología aplicada se pudo elaborar una guía didáctica, que consta de talleres que logran la identificación del nivel de autoestima de cada estudiante, a fin de implementar estrategias conjuntamente con sus maestros y principales figuras de cuidado (progenitores) que promuevan el conocimiento de las fortalezas y habilidades con las que cuentan para desenvolverse dentro de sus distintos entornos de interacción. La autoestima es una experiencia personal, vivida durante todo el desarrollo humano, como la consideración positiva de sí mismo, en tal virtud, los conflictos familiares, la carencia de habilidades sociales que impiden un relacionamiento satisfactorio con sus pares, una autoimagen distorsionada, falta de comunicación, afecto y aceptación, podrían afectar dicho constructo que se encuentra directamente ligado al bajo rendimiento académico. Los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco de la ciudad de Ibarra, no cuentan con el bagaje de conocimientos que les permita ser conscientes de sus propias destrezas, en tal circunstancia tienden a presentar una visión distorsionada de lo que son, inhibiéndose de desenvolverse adecuadamente en las actividades correspondientes a su estadio evolutivo. Es necesario que el núcleo familiar contribuya de manera positiva en el desarrollo emocional del individuo, puesto que dicho elemento constituye el principal referente para el afianzamiento de la autoestima, el sentirse valorado y querido por los seres más cercanos es fundamental para las bases de una sana autoestima, factores que facilitan a los jóvenes que se desarrollen como entes funcionales de la sociedad, mostrándose independientes, autónomos, además de asertivos y firmes en sus decisiones; situación que por añadidura posibilita mejorar su actitud frente a los desafíos que le plantea la sociedad y en especial el ambiente escolar, con respecto a su rendimiento académico.

ABSTRACT

The research was made during 2016 – 2017 in the Educational Institution San Francisco of Ibarra City in order to establish the factors that generate low self esteem and the relation with the academic performance. Through the applied methodology it was possible to elaborate a didactic guide that gathers workshops to achieve the identification of every student self esteem levels, with the purpose of strategies implementation collaboratively between teachers and parents that promote the knowledge of strength and skills they have to develop inside their different interaction environments. Self esteem is a personal experience lived during the whole human development, like the positive consideration of one self, therefore the familiar conflicts, the lack of social skills that prevent a good relationship with parents, a distorted self image, lack of communication, affection and acceptance could affect the social construct related to the low academic performance. The students of Educational Institution San Francisco of Ibarra City don't have the enough knowledge that allow them be conscience of their own skills, for this reason they use to show a distorted vision of what they are, development inhibited of the activities related to the evolutionary state. Is necessary the family contributes in a positive way to the emotional development of the person because this element constitutes the principal reference to the strengthening of self esteem, feeling valued and loved by the most close relatives is important to the bases of a healthy self esteem, this aspects makes easy to young people develop like functional beings in society, showing them independents, autonomous, beside positive and assertive in their decisions; this situations makes possible the improvement of their attitude in front of challenges that society presents, specially the academic environment about their performance.

INTRODUCCIÓN

La investigación se fundamenta en el comportamiento humano, en las relaciones interpersonales, pero fundamentalmente en la autoestima, misma que se forma en las primeras etapas de desarrollo, desde la infancia se presentan aprendizajes de gran importancia para la estima del ser humano; de los cuales los principales protagonistas son los padres o referentes familiares, de esta manera, dichos elementos podrían interferir en gran medida en el desempeño del individuo fuera de su ambiente familiar, siendo uno de los principales espacios que se perjudican, el escolar, y con ello su desempeño en el contexto académico.

Todas las instituciones educativas tienen como principal objetivo formar a los estudiantes y lograr el éxito académico de estos, en tal razón, tanto autoridades institucionales, docentes, como padres de familia tendrán una ardua labor para mejorar el desarrollo emocional de los adolescentes y por ende sus respuestas a los desafíos académicos.

El trabajo de investigación consta de seis capítulos, que se han realizado de acuerdo a los temas investigados.

CAPÍTULO I.- Corresponde al problema de investigación, antecedentes, planteamiento y formulación del problema, objetivos y las razones por las cuales se realiza el trabajo de investigación que consta dentro de la justificación.

CAPÍTULO II.- Se relaciona al marco teórico, en el cual se destaca la fundamentación teórico científica, a través de las distintas definiciones que tienen como finalidad sustentar el estudio llevado a cabo.

CAPÍTULO III.- Es todo lo referente a la metodología aplicada en la investigación, mediante técnicas e instrumentos que favorecen al propósito del estudio.

CAPÍTULO IV.- Se basa al análisis de resultados, con respecto a lo que se obtuvo a través de las encuestas dirigidas, tanto a estudiantes como a docentes de la institución motivo de investigación.

CAPÍTULO V.- Se determinan las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO VI.- En este capítulo se establece la propuesta alternativa, misma que consta de una guía de talleres didácticos, que tienen como fin el elevar la autoestima de los estudiantes, que propicie mejores resultados en el rendimiento académico.

Posterior a lo anteriormente descrito, se señala la bibliografía y los anexos.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes

El primer antecedente que se tiene acerca de la autoestima data de 1890, gracias a las aportaciones de William James, quien propuso que este término explica los sentimientos de auto valía de una persona, los cuales están determinados por sus logros actuales entre sus supuestas potencialidades.

Otra aportación de suma importancia para el estudio de la autoestima, fue la desarrollada por Coopersmith (1967) en su libro Los Antecedentes de la Autoestima.

Este autor considera que - la autoestima es la evaluación que el individuo hace y generalmente mantiene con respecto a si mismo; ésta expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en la que el sujeto es capaz, importante, exitoso y valioso.

La autoestima es un concepto central, tanto en la psicología académica o científica como a nivel popular, ya que se refiere a lo que una persona piensa, siente y hace con respecto a sí misma. Por tanto, influye enormemente en el funcionamiento psicológico global. En la actualidad, se considera que la autoestima sana es aquella que favorece el bienestar y el buen funcionamiento psicológico, incluyendo las conductas deseables. Se basa en la visión realista de uno mismo, y se vincula a la autoaceptación, la autenticidad, la elección de metas autodeterminadas, el desarrollo de potencialidades y la autorrealización. (Roca, 2013)

En la tesis de la autora María Cristina Cabrera con el tema (Autoestima y Rendimiento Escolar en los Niños, 2014), menciona que la autoestima es una actitud básica que determina el comportamiento y el rendimiento académico del alumno, adicional a ello, menciona que cuando un niño fracasa en una área específica en su rendimiento escolar, la autoestima se verá amenazada, en cambio cuando tiene éxito se sentirá aprobado, aceptado y valorizado. Por lo tanto, según dicha investigación, el desarrollo de la autoestima, está estrechamente relacionado con la consideración, valoración y crítica que reciben los niños por parte de los adultos y que los sentimientos asociados a situaciones de éxito van a modificar de manera positiva la percepción que un individuo mantiene de sí mismo. (CABRERA, 2014)

A nivel local, en la provincia de Imbabura, (Adriana Vaca Benítez, 2015) dentro de una investigación ejecutada en el colegio universitario de la ciudad de Ibarra hace referencia a la relación entre autoestima y rendimiento académico, poniendo énfasis en esta problemática de la baja autoestima, además indica sobre la existencia de algunos elementos que generan dificultades en el aprendizaje de los estudiantes, dando a conocer que tanto en esa institución educativa como en tantas otras, se experimenta un alto índice de baja autoestima.

Las asociaciones que más se han investigado es la existente entre la autoestima y el rendimiento académico. Si bien la investigación sobre la autoestima ha permitido trazar con mayor detalle su desarrollo a partir de las relaciones familiares, no queda tan clara su contribución para el rendimiento académico. Sin embargo, son diversos los estudios correlacionales que han documentado la relación autoestima - rendimiento académico con muestras importantes de adolescentes. Sus resultados han sido consistentes con los registrados por otros realizados en las últimas décadas, en los que al comparar estudiantes con alto y bajo rendimiento escolar, se ha encontrado que éstos últimos presentan baja autoestima y conducta delictiva y rebelde, sentimientos de ineficacia personal y ausencia de expectativas profesionales. (Caso & Hernández, 2007)

Los jóvenes que se encuentran dentro del sistema educativo regular, asisten a las aulas desmotivados por un sin fin de situaciones, sin que cuenten con las herramientas adecuadas para saber afrontarlas, además que muchos de ellos, no cuentan con una red de apoyo que les permita sostenerse dentro de las exigencias que implica el entorno escolar.

1.2. Planteamiento del Problema.

La realidad nacional a nivel educativo está atravesando modificaciones profundas, tanto a nivel del currículum como en la atención prioritaria al ser humano, el trabajo de grado esta direccionado a investigar la problemática de los adolescentes de la Unidad Educativa “San Francisco” que en la actualidad pueden ser vulnerables a situaciones de su entorno que atenten su desarrollo integral, deteriorando la capacidad para desenvolverse como entes funcionales de la sociedad.

Podría decirse que el éxito escolar está ligado al equilibrio entre la estabilidad académica, social y personal. Elementos que podrían promoverse mediante el trabajo conjunto de los actores que se encuentran interactuando en la esfera estudiantil del adolescente, para que este logre desarrollar, capacidades, hábitos y actitudes favorables.

Cabe señalar que la percepción que el individuo mantenga acerca de su competencia, o la conciencia que conserve sobre el reconocimiento de sus propias habilidades, determinan un buen desempeño, por tanto, las experiencias del adolescente, ya sean de fracaso o triunfo, crean en él actitudes que favorecen u obstaculizan el óptimo desarrollo de sus potencialidades.

A lo largo de la investigación, se pudo evidenciar la existencia de dificultades académicas en los adolescentes que presentaban alteraciones en la autoestima, mismos que denotaron sentimientos de inseguridad, inferioridad, desvalorización propia, y falta de voluntad.

Por tanto es necesario referir los principales factores sobre la temática investigada.

Un primer componente esencial que define la autoestima y su relación con el rendimiento académico escolar, es la familia, puesto que esta constituye la primera instancia en la cual las personas forman la percepción sobre sí mismos.

Por tanto, si el individuo se ha desarrollado en un hogar armónico y protector, su autoestima puede ser más sana que la de uno que está siendo criado dentro de un ambiente familiar carente de afecto, sobreprotector o incluso negligente.

Un segundo componente, es la imagen corporal, entendiéndose que esta se encuentra relacionada a como el individuo se ve así mismo y crea un autoconcepto, este podría ser distorsionado de la realidad y asociado a un juicio de valor, por tanto, si no es el adecuado llegaría a afectar de manera decisiva la autoestima del individuo.

Un tercer componente a recalcar es la interacción del individuo dentro de su ambiente escolar, puesto que es de gran importancia para su estado emocional.

La inapropiada relación entre los estudiantes, la competitividad, la falta de empatía, entre otros aspectos, conlleva a una convivencia poco agradable entre los que integran el grupo de pares.

1.3. Formulación del Problema.

¿Cómo incide los factores de la Baja Autoestima en relación con el Rendimiento académico en los estudiantes de Décimos años de Educación General Básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra, periodo 2016-2017?

1.4. Delimitación.

1.4.1. Unidades de Observación

La investigación se efectuó a los estudiantes de la Unidad Educativa “San Francisco”, de los Décimos años de Educación Básica “A”, “B”, “C”.

1.4.2. Delimitación Espacial

Unidad Educativa “San Francisco” Ubicado en la calle Miguel Oviedo y la Avenida 17 de Julio.

1.4.3. Delimitación Temporal

La investigación se efectuó en el año electivo 2016-2017.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Determinar la incidencia de la Baja Autoestima y su relación con el Rendimiento Académico en los estudiantes de los Décimos años de Educación General Básica “A”, “B” y “C” de la Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra, periodo 2016-2017.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Diagnosticar los factores de la Baja Autoestima y su incidencia en el rendimiento Académico de los estudiantes de los Décimos años de Educación General Básica “A”, “B” y “C” de la Unidad Educativa “San Francisco”.

- Seleccionar la información Teórico / Científica que permita la comprensión más clara de la problemática y direccionar de manera adecuada la investigación.
- Elaborar una guía que permita consolidar espacios que eleven la autoestima como juegos, charlas, esparcimiento social, en el ámbito familiar y educativo lo que contribuya a una adecuada convivencia de la comunidad educativa en general.
- Socializar la guía con todos los actores educativos como son: autoridades, docentes, padres de familia y estudiantes.

1.6. Justificación

Se ha realizado esta investigación, puesto que se torna de gran importancia tanto para el desarrollo emocional de los estudiantes como para las personas que están al tanto de su formación y seguimiento, quienes deberán contar con la información adecuada que les permita conocer el manejo de los cambios correspondientes a la adolescencia, misma que constituye una crisis generacional que experimentan los jóvenes que forman parte de la Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra.

La psicología en la actualidad forma parte de todos los ámbitos humanos, de esta manera, tiene una gran relevancia en el entorno educacional.

En tal circunstancia se cree que los efectos de una baja autoestima, que tienen que ver con la desaprobación propia de un individuo, los sentimientos de inferioridad y minusvalía que este posee, se encuentran directamente ligados al bajo rendimiento académico dentro del entorno escolar.

Siendo el principal propósito de la investigación determinar las causas de esta problemática, y establecer la forma en la que se encuentra relacionada al bajo rendimiento académico de los adolescentes; particulares que a su vez facilita que la institución educativa mencionada, cuente con el instrumento innovador que beneficie el fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes que la integran, conjuntamente con los docentes y padres, con el objetivo de mantener cierta estabilidad dentro de su rendimiento académico.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Fundamentos Teóricos

2.1.1. Fundamentación Filosófica

Teoría Humanista

El psicólogo humanista Carl Rogers definía la autoestima como la constitución del núcleo básico de la personalidad, exponiendo que la raíz de los problemas de muchas personas, radica en que se desprecian y se consideran seres sin valor e indignos de ser amados. Resumiéndose el concepto de autoestima en que todo ser humano, por el mero hecho de serlo, es digno del respeto incondicional de los demás y de sí mismo; mereciéndose estimarse a sí mismo y que se le estime. (Kaufman, Raphael, & Espeland, 2005)

La sociedad en la actualidad reconduce al individuo con sus condiciones de valía. A medida que el ser se desarrolla, sus referentes de cuidado, educadores, el entorno en general, solo le proporcionan lo que necesita cuando demuestra que lo "merece", más que porque lo necesita. Así pues, un niño puede comer un caramelo solo cuando haya terminado de comer su plato de verduras, o incluso podrá ser aceptado si es un "niño bueno".

Abraham Maslow, en su jerarquía de las necesidades humanas, describe la necesidad de aprecio, que se divide en dos aspectos, el aprecio que se tiene uno mismo (amor propio, confianza, pericia, suficiencia, entre otros.), y el respeto y estimación que se recibe de otras personas (reconocimiento, aceptación, entre otros.).

La expresión de aprecio más sana, según Maslow, es la que se manifiesta en el respeto que le merecemos a otros, más que el renombre, la celebridad y la adulación.

2.1.2. Fundamentación Psicológica

Teoría Cognitiva

El aporte de Albert Bandura relacionado a la autoestima es la autoeficacia. (1977, 1986, 1997) la define como el resultado de un procesamiento cognitivo de ciertas variables internas y externas de forma que se configuran unas expectativas de éxito o fracaso para aplicar una determinada conducta.

Bandura menciona algunas recomendaciones para las personas que sufren de autoconceptos pobres es decir, autoestima baja: concernientes a la auto-observación: entre dichas recomendaciones, se encuentra, conocerse a sí mismo, asegurarse de que se cuenta con una imagen precisa del comportamiento, por tanto si una persona quiere estar tranquila consigo misma no tiene por qué hacer cosas que dañen su propia imagen. (Ivonne & Arratia, 2001)

Concerniente a la auto-respuesta: se pretende utilizar recompensas personales, no auto-castigos, celebrar las victorias, no reprochar los desaciertos, esta recomendación parece de gran importancia ya que en la existencia de un individuo debe ser positivo y no cargar con faltas del pasado, de ser así no podrá responder funcionalmente a las situaciones que se le presentan en la cotidianidad. La personalidad de cada uno de los seres humanos depende de los puntos dichos anteriormente.

Lamentablemente la estructura de la sociedad se presta para promover esta clase de sentimientos. En todas las salas de clase se siente la competencia por ser "el mejor" de todos. Los ganadores en los deportes y en otras

actividades reciben honores y premios. Hay recompensas para los campeones de los certámenes. Los Adolescentes compiten activamente para ser los más populares. Los anuncios de ciertos productos dicen que si desean que otros los acepten deben utilizarlos. Los hermanos y las hermanas luchan por alcanzar posiciones honorables y favorables dentro del de la familia. Siempre que hay ganadores también hay perdedor. Los que participan en el juego y pierden, experimentan los dolores de la falta de aceptación y la inferioridad. Las expresiones negativas y denigrantes que se dicen en el hogar, juntamente con la competencia que reina en la sociedad preparan el escenario para que el niño se desprecie y rehúse a aceptarse a sí mismo. (Van, 2004)

2.1.3. Fundamentación Pedagógica

Teoría del aprendizaje significativo

Esta fundamentación planteada por Ausubel tiene como principio que el aprendizaje del alumno depende de la estructura cognitiva previa, que se relaciona con la información que sería: “una estructura cognitiva”, al total de las ideas y conceptos que una persona posee de un determinado campo del conocimiento de la misma manera su estructura.

Para Ausubel el aprendizaje propuesto ofrece el marco para el diseño de herramientas meta cognitivas que permitan conocer la organización de la estructura cognitiva del educando lo cual permitirá una mejor orientación de la labor educativa.

Ausubel resume este hecho en el sentido que el aprendizaje de sus alumnos no empezará desde el principio sino en una serie de conocimientos y experiencias previas, que pueden ser aprovechadas para su beneficio y de esta manera la teoría del aprendizaje significativo continuar desde lo que ya se conoce sin invertir el tiempo en algo ya aprendido.

2.1.4. Fundamentación Sociológica

Teoría Social

Vigotsky plantea su modelo de aprendizaje sociocultural, a través del cual sostiene, que ambos procesos, desarrollo y aprendizaje, interactúan entre sí, considerando el aprendizaje como un factor del desarrollo.

Además, la adquisición de aprendizajes se explica cómo formas de socialización. “Concibe al hombre como una construcción más social que biológica, en donde las funciones superiores son fruto del desarrollo cultural e implican el uso de mediadores”.

La teoría social de Vygotsky es una teoría con un enfoque, con una contribución específica de la sociedad, hacia la persona por el motivo de que averigua como inspeccionar y comprender el comportamiento humano, maneja métodos sociales, culturales y familiares en donde acoge diversas pautas o formas de vida que son transmitidos a la colectividad o a un individuo específico y determinan o ayudan a establecer la personalidad de cada uno, presentando esta teoría a manera de modelo social.

Los individuos que se subestiman dentro de la sociedad, tienden a buscar roles de sometimiento y esquivan las situaciones que demandan posesionarse de compromisos.

Un lugar formativo adecuado para desarrollar una autoestima satisfactoria es aquel que se caracteriza por su calidez, sensibilidad y soporte emocional, sin dejar a un lado la importancia que tiene establecer unas conclusiones moderadas, consensuadas por los representantes y conocidos por los estudiantes, el imponer políticas para una mejor forma de vivir no deja de lado la amabilidad, el amor, el respeto de las demás personas. (Bonet, 1997)

2.1.5. La autoestima

2.1.5.1. ¿Qué es la autoestima?

La palabra autoestima proviene del griego “*autos*” que significa por sí mismo, y “*estima*” del verbo estima del latín estimaré, el evaluar, valorar, tasar.

Para Eguizábal R., (2004), en su obra “Autoestima” dice: “La autoestima es una evaluación que tenemos de nosotros mismos. Es la que nos dice quien somos. La autoestima es mirarse interiormente para determinar las características fundamentales de nuestra personalidad. La autoestima nace del valor así mismo.”

Para Clark A, Clemen H; Bean R., (1995), “Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes” dice: “La autoestima es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias; que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida”.

La autoestima es la valoración positiva que se dan las personas, es decir, la idea y el valor que cada persona tiene sobre sí misma, como una parte fundamental.

La autoestima forma parte del autoconcepto.

La autoestima es el juicio que las personas hacen de su propia valía, es decir, lo que ellos piensan que valen, es un elemento clave de la personalidad y se construye desde que se es un bebé, durante la infancia los elementos clave en la formación de la autoestima son, qué tan competentes se consideran los niños en aspectos importantes de su vida y cuánto respaldo social reciben de otras personas, también juega un papel importante la apariencia física. (Alvarez, 2006)

La autoestima se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre uno mismo se ha ido acumulando durante la vida. La auto-estima cumple un papel importante en los éxitos y los fracasos, la satisfacción, el bienestar psíquico y el conjunto de relaciones sociales.

2.1.5.2. Importancia de la autoestima

Al analizar la autoestima y su importancia para el individuo, Mckay y Fanning (1999), exponen que el autoconcepto y autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. Tienen un auto concepto y una autoestima positiva es de mayor importancia para la vida personal, profesional y social.

El autoconcepto favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia, desde el que interpreta la realidad externa y las propias experiencias, influyen en el rendimiento personal, condiciona las expectativas y la motivación y contribuyen a la salud y equilibrio psíquicos. (Vernieri, 2006)

Por lo tanto la autoestima es la clave del éxito o del fracaso para comprenderse y comprender a los demás y es requisito fundamental para una vida plena; La autoestima es la reputación que se tiene de sí mismo. Tiene dos componentes sentimientos de capacidad personal y sentimientos de valía personal.

En otras palabras, la autoestima es la suma de la confianza que tiene el individuo de sí mismo. Es un reflejo de juicio que cada persona crea, de sus habilidades para enfrentar los desafíos de la vida (comprender y superar problemas) y de su derecho de ser feliz (respetar y defender sus intereses).

Es que se sienta apto y capaz para resolver los problemas diarios.

De ahí, la importancia de un auto conocimiento sensato y auto criterio para poder reconocer tanto lo positivo como lo negativo de los rasgos del carácter y conducta. La autoestima es importante en todas las etapas de la vida, pero lo es de manera especial en la época formativa de la infancia y de la adolescencia, en el hogar y en el aula.

2.1.5.3. Autoestima en el adolescente

La adolescencia se considera como una especie de “segundo nacimiento”, que podría definirse como nacimiento “cultural”, frente al primer nacimiento biológico, sin olvidar que está estrechamente relacionado con procesos biológicos muy importantes.

El proceso de la adolescencia puede compararse con los procesos de la gestación y el nacimiento. De un ámbito de protección fuerte, casi completa, encarnado principalmente en la familia, el adolescente debe salir a otro ámbito más amplio y costoso, que es la sociedad. (Belletti)

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima, es la etapa en la que la persona necesita hacerse de una firme IDENTIDAD, es decir, saber ser individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia un futuro.

Durante la adolescencia se manifiestan ciertos cambios a nivel socio-afectivo, físico y cognoscitivo, desarrollan además la capacidad de reflexionar y pensar sobre sí mismo y de aceptar su nueva imagen corporal. Al hacerlo el adolescente se formula una serie de preguntas sobre sí mismo, por ejemplo "¿soy atractivo?", "¿soy inteligente?", "¿soy aceptado por mis compañeros?". Gradualmente empieza a separar lo que cree que es verdad sobre sí mismo de lo que considera erróneo y a formularse sus propios conceptos sobre su persona. Cuanto mayor sea la aceptación que siente, tanto en la familia como en los compañeros mayores serán las posibilidades de éxito. (Callao, 2015)

En la adolescencia tanto el grupo familiar como el de la escuela, los amigos, los medios de comunicación contribuyen a moldear la autoestima. Pero en esta etapa se conjugan otros elementos, pues durante la adolescencia la autoestima tiende a debilitarse. Una buena dosis de autoestima es uno de los recursos más valiosos de que puede disponer un adolescente.

Un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue.

Y lo que es más, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada podrá entrar en la vida adulta con buena parte de los cimientos necesarios para llevar una existencia productiva y satisfactoria.

El cuerpo es especial en la adolescencia, juega un papel importante y posiblemente negativo. El miedo al rechazo y a la no aceptación que tienen muchos adolescentes, lo viven de forma patológica. Invierten tantas energías en aparecer aceptables para los demás que se pierden a sí mismos, y entran en una dinámica que tiene gran dificultad para ser reales y ocuparse de otras cosas. (Nathaniel, 2000)

El cuerpo es también presencia social y tiene gran importancia en la dimensión social del propio cuerpo. En la mayoría de los casos la percepción vivencial del propio cuerpo se halla mediatizada por su efecto social, o la imagen especular que le devuelve el entorno.

A muchas personas les es imposible apreciarse a sí mismos en cuanto al cuerpo de forma independiente del efecto social, la presión del grupo social al que pertenezca.

En el caso de los adolescentes, y en especial las chicas la percepción de su cuerpo se halla muy influenciada por los sistemas culturales y ambientales de referencia, y derivan en desarrollar conductas peligrosas para su salud que terminan en el grave problema de la anorexia y la bulimia.

El cuerpo es el lugar de expresión de toda vida. Y se encuentran con adolescentes con mucho miedo a desagradar, a no ser como el otro quiere que sean. De tal manera que no tienen una idea clara de su esquema corporal, y esto influye muy negativamente en sus conductas y en su desarrollo personal. (Alvarez, 2006)

La autoestima y el cuerpo son dos conceptos muy estrechamente ligados en la etapa adolescente principalmente. Si entendemos la autoestima como la suma de la confianza y el respeto, ambas integradas, que una persona siente hacia sí mismo, es fácil comprender que la autoestima y el cuerpo tengan una relación significativa.

Sobre todo, si se tiene en cuenta que la primera apreciación que todo sujeto tiene sobre sí mismo proviene de la realidad ínter subjetiva, de su ingreso a lo social a través del contacto con el cuerpo de los otros significantes que ven, esperan y reclaman de ese sujeto.

Una de las actitudes que conforman la base del aprendizaje de conductas saludables consiste en sentirse seguros de que valen. Tener autoconcepto y autoestima de sí mismo, será esa capacidad de responder a quiénes son.

Por un lado, no es fácil tener una autoestima que haya salido de la crisis de la adolescencia, por otro lado, construir una autoestima positiva no es una labor sencilla cuando esta se encuentra deteriorada, cuando la comunicación mente-cuerpo no es congruente y cuando la imagen distorsionada del cuerpo condiciona el concepto que se tiene de uno mismo.

En razón de lo anteriormente expuesto, es necesario señalar la existencia de tres pilares básicos para el desarrollo personal saludable, mismos que serán profundizados posteriormente, y se enlistan a continuación:

El aprecio hacia sí mismo

La escritora Nancy Van Pelt menciona que el concepto que un niño tiene de sí mismo no es inalterable, aunque una vez que se ha establecido no resulta fácil cambiar. Por ejemplo, el respeto de sí mismo tiene como base los sentimientos de ser amado y de servir para algo; pero por ser el sentimiento de ser amado más importante que el otro, su sentimiento de sentirse útil no le importa mucho cuando falta el amor. El niño que se convence de que no es bueno cree únicamente los mensajes que confirman ese sentimiento. Ignora los otros mensajes, porque nadie puede creer que el niño sea despreciable y que al mismo tiempo tenga verdadero valor. Una niña puede creer que es estúpida aun cuando los test de inteligencia demuestren que es brillante. Puede sentirse fea, aunque sea linda. Una vez que se ha constituido su fotografía mental, permanece constante, porque cambia el concepto que la niña tiene de sí mismo significa para ella abandonar la única identidad que ha conocido durante años. Resulta más seguro a vivir con lo que es familiar. (Sanchez, 2008)

Debido a que los sentimientos de valor personal se aprenden, se adquieren y se experimentan en vez de heredarse, las actitudes de hacia sí mismo pueden cambiar cuando la persona encuentra una experiencia positiva en relación con la gente y la vida.

Los padres que tienen hijos que no se respetan a sí mismos, si les proporcionan una atmósfera de aceptación los ayudarán a cambiar su concepto negativo acerca de sí mismos en cierto período de tiempo.

Sin embargo, cuando más tiempo viva el niño con una opinión inferior de sí mismo, tanto más profundas se harán las raíces del odio a sí mismo, y tanto más difícil se hace la tarea de desarraigar esos sentimientos.

La aceptación

Cuando el niño comienza a asistir a la escuela, entonces descubre que otros niños valoran ciertas cualidades que posee. Los niños le dan importancia a los deportes, a la fuerza y el valor. Las niñas Generalmente valoran su apariencia física y la personalidad. El hecho de que un niño posea o no estas cualidades afecta la forma en que se considera a sí mismo.

Sí Luis es alto, fuerte y bien coordinado, sentirás en forma diferente acerca de sí mismo que Leonardo, que es de baja estatura y no coordina bien sus movimientos. Leonardo siente que no puede ofrecer lo que sus amigos desean y, por lo tanto, se considera de menor valor que ellos. Puesto que Luis es bueno para los deportes, los demás niños compiten por tenerlo en su equipo, y los padres y los maestros se sienten satisfechos con sus realizaciones. De modo que el Luis se siente más competente que Leonardo. (alemanatv, 2014)

Un niño reacciona emocionalmente ante su crecimiento, sus energías, su estatura, su apariencia, su fuerza, su inteligencia, su amistad, sus habilidades y sus impedimentos. Extrae conclusiones acerca de sí mismo basadas en parte en su comparación de sí mismo con otros niños y en parte en la forma en que otros responden ante su manera de ser. Cada conclusión mejora o empeora sus sentimientos de respeto de sí mismo. (Van, 2004)

Auto confianza

La autoconfianza es el convencimiento íntimo de que la persona es capaz de realizar con éxito una determinada tarea o misión, o bien elegir la mejor alternativa cuando se presenta un problema, es decir que el individuo tome la mejor decisión. Es confiar en que en general la persona va a salir airoso de una situación, por difícil que parezca. Desde luego, esto se refiere a situaciones que caen dentro de la normalidad, y no a situaciones excepcionales en las cuales no se tiene ningún manejo, lo cual sería en realidad imprudencia o temeridad.

La autoconfianza comienza a desarrollarse ya desde la niñez, pero es un rasgo que siempre pueden desarrollar o bien superar si la persona pone empeño. Lo opuesto, la falta de confianza en sí mismo, es una debilidad que le impide a la persona tomar decisiones o enfrentar situaciones que sin embargo otros juzgan que podría enfrentar con éxito; y esto es importante, porque se trata de hacer algo para lo cual esa persona está preparada según el juicio de los demás, pero por su inseguridad no se atreve. (Caso & Hernández, 2007)

La autoconfianza tiene varias dimensiones o aspectos que deben considerarse.

En primer lugar y parte importante de ella es la capacidad de actuar con independencia del juicio de los demás, es decir tener fe en que, aunque los demás no estén de acuerdo o incluso se opongan, seguir adelante con el proyecto elegido.

En concordancia con lo anterior, la persona segura es capaz de expresar sus puntos de vista y opiniones, aún en ambientes adversos. Confía en que lo que dice, es tan valioso como los puntos de vista de los demás.

Frente a entornos complejos, por ejemplo, es capaz de aventurar su propio juicio, pero acepta también que puede haber otros puntos de vista valiosos o que complementan lo que está expresando.

En la persona segura de sí misma existe también una sensación interna de que él como persona es valioso, y que posee capacidades y habilidades en un nivel más o menos similar a los demás. En este aspecto posee una autoestima sólida, y que no está condicionada por los demás. Esto también se traduce en que el individuo no busca a cada momento aprobación de los demás. El inseguro en cambio, tiene una autoestima baja. (Vives, 2012)

Las características anteriores permiten a la persona segura cuestionar el entorno, no de una manera opositora, ni para atraer la atención, sino para plantear con honestidad sus propios puntos de vista, que pueden ser un aporte.

Todo lo anterior se traduce en que la persona segura de sí misma es capaz de tomar desafíos y asumir riesgos, de jugársela por lo que cree o lo que siente justo. Así, sus posibilidades de vivir nuevas experiencias se ven acrecentadas, permitiéndole un mayor crecimiento personal, y muchas veces también un nuevo reaseguramiento de su forma de conducirse. En otras palabras, le refuerza sus sentimientos de seguridad personal y autoconfianza.

Autoconcepto

El autoconcepto es la imagen que el individuo crea sobre sí mismo. No una imagen solamente visual, desde luego; se trata más bien del conjunto de ideas que cree que es, a nivel consciente e inconsciente. Esto incluye una cantidad prácticamente infinita de conceptos que podrían estar incluidos en esta "imagen" sobre sí mismo. (Feldman, 2006)

La palabra autoconcepto implica cierta complejidad ya que hace referencia a la imagen que el individuo tiene de sí mismo. La explicación que se le otorga a la palabra es que el autoconcepto es el concepto o idea, imagen que uno realiza sobre sí mismo a partir no sólo de lo que ve en el espejo, sino también de un sinnúmero de variables que se suman para completar esa imagen.

Aunque esto parezca simple, el autoconcepto de una persona es siempre el resultado de un gran número de elementos tales como apariencia física, capacidades, historia, contexto familiar, éxitos y fracasos, ambiente en el cual esa persona fue criada, ambiente social,

entre otros. Todas las personas tienen un autoconcepto o imagen de sí mismas, pudiendo ser en algunas de ellas muy elevado y en otras muy bajo. Claro está, esto dependerá de todos esos elementos mencionados y de su combinación única y peculiar.

Después de los conceptos analizados; la propia personalidad va formándose a través de los deseos y opiniones de aquellos que son importantes para cada quien. También en ese modelo armado se incluye la propia relación entre la autoestima y el cuerpo de los modelos en los que cada sujeto se refleja y constituye. A lo largo del crecimiento estos rasgos tomados de los otros significantes, son rectificados y asimilados como la propia valoración del sujeto sobre sí mismo y en esta valoración de la autoestima y el cuerpo influyen más tarde en la adolescencia, la posibilidad de inscribir y conceptualizar la experiencia única de cada sujeto con el medio a través de la interacción, transformando lo heredado en original y posibilitando el cambio.

Este proceso será largo y duro: superación de duelos, alcanzar la madurez para las relaciones interpersonales, logro de una identidad, entre otras. Al igual que en el nacimiento biológico, también aparecerán problemas de adaptación, frustraciones; existiendo un gran número de determinantes, no sólo internos, sino igualmente externos. (Velez, 2014)

La sociedad se convierte en el condicionante externo más importante, y su influencia varía según la sociedad en la que el adolescente se desarrolla.

Pese a que se profundizara sobre la etapa de la adolescencia, es necesario comprender rápidamente que dicha etapa, se conoce universalmente, como un período intermedio entre la infancia y la edad adulta, y como tal, no es un estado definitivo donde el adolescente pueda quedar estancado, siempre debe ser superada de una manera u otra.

Ello, hace ver que no será igual en todas las sociedades, y dependerá en gran medida tanto de los roles que se establezcan culturalmente para el niño como en aquellos que se establezcan para el adulto.

En todas las culturas se establece una lucha generacional, más o menos acusada. Siempre hay diferencias entre los padres y los hijos, de generación a generación, con las consiguientes distancias en los planos fisiológicos, psicosocial y sociológico. Padres realistas, apoyados en sus experiencias del pasado, conservadurismo, hijos proyectados hacia el futuro que no suelen aceptar las opiniones de aquéllos, constantemente. (Beauregard, Bouffard, & Duclos, 2005)

La adolescencia implica asimismo la posibilidad de acceso al mundo del trabajo y el desempeño de ciertas funciones sociales de adulto.

Un pequeño conocimiento de las normas y valores que conforman las sociedades es requisito suficiente para comprender la existencia de varias adolescencias diferentes. La adolescencia es por tanto un hecho cultural, donde las normas y reglas establecidas, así como el medio socioeconómico, influirán de manera decisiva en la vida y conductas adolescentes.

Adicional a lo anteriormente referido, se cree necesario inferir que la familia se convierte en ese agente transmisor de las normas y valores que define la sociedad.

2.1.5.4. Tipos de autoestima

En forma general la autoestima es un concepto dinámico, es decir, gradual, pues las personas pueden presentar algunos estados de autoestima en la vida, por tanto, a fin de profundizar sobre el estudio de la autoestima, se creyó pertinente mencionar los tipos existentes, mismos que a continuación son detallados

Autoestima alta

Es poder sentirse confiadamente apto para desarrollar una vida plena, es decir, sentirse capaz, valioso, tener aptitudes propositivas y sentirse aceptado como persona.

La autoestima positiva aporta un conjunto de efectos beneficiosos para la salud y calidad de vida que se manifiestan en el desarrollo de una personalidad más plena y una percepción satisfactoria de vida. Aumenta la capacidad de afrontar y superar las dificultades personales al enfrentar los problemas con una actitud de confianza personal. Fomenta la capacidad de adquirir compromisos y por lo tanto de mostrar mayor responsabilidad al no eludirlos por temor.

Autoestima baja

Es cuando una persona no se siente apta para la vida, presenta timidez, agresividad, dificultades para poder adaptarse a grupos, es decir, se siente equivocado como persona.

Cuando la autoestima es negativa, la salud se deteriora debido a la falta de confianza que el individuo aporta hacia sí mismo para abordar los sucesivos retos que presenta la vida desde una perspectiva positiva y esto hace que la calidad de vida no sea la óptima que pudiera serlo. Al faltar la confianza personal, disminuye la capacidad para enfrentar los múltiples problemas y conflictos que se presentan en la vida. La falta de confianza hace que se evite los compromisos y por lo tanto se aborde nuevas responsabilidades, privándose de una mayor riqueza en las experiencias vitales, o bien cuando se afronta nuevos compromisos se abruman las responsabilidades siendo el umbral de resistencia al conflicto más limitado. No contribuye a fomentar la creatividad, puesto que el individuo no confía en sus capacidades personales. Al estar ausente la autoconfianza, difícilmente se podrán fijar metas y aspiraciones propias por lo que un individuo podría ser más vulnerable a actuar de acuerdo con lo que se espera de él y no de acuerdo a sus propias decisiones. (Nathaniel, 2000)

Autoestima a término medio

Es sentirse en medio de los dos estados anteriores, algunas veces apto y otras inútiles, unas acertado y otras equivocado como persona; y presentar estas incongruencias en la conducta, por ejemplo, actuar algunas veces con sensatez y otras con irreflexión conllevándolo así a la inseguridad.

2.1.5.5. Pilares fundamentales de la autoestima

La autoestima presenta tres cimientos importantes que a continuación se mencionan con mayor amplitud:

El aprecio hacia sí mismo

Es necesario que el individuo aprenda a quererse a pesar de las falencias y limitaciones, las personas que se aprecian saben levantarse de los fracasos y superarse de las crisis, es un sentimiento relacionado con el afecto que una persona recibió en la infancia y si este ha sido ofrecido de manera incondicional ha de ser reflejado en la conducta del niño o adolescente.

La aceptación

Es la observación objetiva del propio yo, es como el individuo se percibe hacia sí mismo; es una imagen positiva, esta supone una fuerza interior que permite creer en cada una en las capacidades a pesar de que se pueda fallar.

Autoconcepto

De acuerdo a Musitu, García y Gutiérrez (1997) el auto-concepto puede entenderse como la percepción que el individuo tiene de sí mismo,

basado en sus experiencias con los demás y en las atribuciones de su propia conducta. Involucra componentes emocionales, sociales, físicos y académicos.

Se trata de una configuración organizada de percepciones de sí mismo, admisible a la conciencia y al conocimiento. Es un esquema cognitivo muy complejo construido a través de experiencias previas con respecto al mundo que lo rodea.

El auto-concepto también puede entenderse como la forma en que cada persona se valora y evalúa a sí misma. Existen dos elementos importantes que lo constituyen y son la confianza y la seguridad que las personas tienen en sí mismas.

Autoconfianza

Permite tener una observación futurista positiva que sin caer en ideas negativas como: jamás lo conseguiré.... o lo bueno siempre les pasa a los demás.... Su mayor ventaja es que se impulsan a la acción, tiene su origen en la educación recibida y en la confianza que los padres depositan en cada ser.

2.1.5.6. Características de la autoestima

Características del alta autoestima

- Seguro acerca de quién es y seguridad en sí mismo.
- Capaz de tener intimidad en sus relaciones.
- Capaz de mostrar sus verdaderos sentimientos.
- Capaz de reconocer sus propios logros.
- Habilidad de perdonarse y perdonar a los demás.
- Personas que le dan la bienvenida a los cambios.

Características de la baja autoestima

- Inseguridad acerca de quién es usted y falta de confianza en usted mismo.
- Problemas de intimidad en relaciones.
- Esconder los verdaderos sentimientos.
- Inhabilidad de premiarse a usted mismo por los logros.
- Inhabilidad de perdonarse a usted mismo y a los demás.
- Miedo al cambio.

2.1.5.7. ¿Por qué necesitas de autoestima?

La autoestima es importante porque afecta de manera directa. Muchas personas que carecen de una buena autoestima se sienten inseguras, tristes, despechadas, y suelen caer en depresión.

La autoestima es necesaria porque es la valoración que el individuo se da a sí mismo es la fuente de la salud mental; es el primer paso en creer en usted mismo. Si usted no cree en usted mismo, otras personas no creerán en usted. Si el sujeto no puede encontrar su grandeza, los demás no la encontrarán. La autoestima tiene grandes efectos en el pensamiento, emociones, valores y metas. (Ramón, 2012)

2.1.5.8. Razones porqué es importante una autoestima

- Creer que es digno de felicidad y respeto.
- Creer en sigo mismo, construye a su seguridad.
- Influir en su pensamiento, emociones, felicidad, deseos y metas.
- Desarrollar la capacidad de respetarse y sentirse orgulloso, incluso cuando se comete un error.
- Nunca se comparare con los demás.
- Tienes un sentido de dirección y control en su vida.

- Actúa independiente e interdependientemente, asumiendo la responsabilidad de sus actos.
- Es capaz de tomar nuevos desafíos y puede recibir críticas sin sentirte herido.
- Vive pleno con un propósito correcto.
- Se da la oportunidad de reconocer sus cualidades.
- Lleva el control de su vida, se capacita para hacer lo que desea y es la fuente de tu salud mental.

2.1.5.9. ¿Cómo se forma la autoestima?

Desde tempranas edades los niños interactúan con otras personas, se sienten apoyados en menos y mayor grado, reciben palabras de aliento o desaliento, directa o indirectamente de padres, familiares o de otras personas que los rodean estas primeras comunicaciones recibidas permiten tener una idea de lo que los otros sienten sobre cada individuo, opiniones sobre qué tan capaces son para hacer o no las cosas, que tanta confianza tienen, que tan agradables o desagradables y que tan dependientes o independientes son.

Al pasar el tiempo se van acumulando los conceptos que los otros transmiten y le van asignando un valor a este concepto. Esa valoración es la autoestima.

“Otro valor importante para triunfar es la manera que la persona siente y piensa acerca de sí mismo, es decir su autoestima es la capacidad que tiene el hombre o la mujer de amarse, apreciarse, valorarse, respetarse y protegerse a sí mismo”. (Clark, Clemes, & Bean, 1995)

En autoestima se puede hablar de auto imagen que se refiere a la percepción que tienes de sí mismo pudiendo ser negativa o positiva, estimulante o deprimente, equilibrada o desequilibrada, verdadera o falsa.

2.1.5.10. Fuentes de la autoestima

La importancia que los niños conceden a los distintos aspectos de la autoestima depende de su propia percepción y del juicio que personas de su entorno hacen sobre sus competencias. Para un niño existen cuatro fuentes principales de juicios significativos, esto es, cuatro cimientos de la autoestima, cuya importancia varía según va creciendo:

- Padres (el ambiente familiar).
- Maestros (principales figuras de referencia y autoridad en la escuela).
- Iguales (los niños de su escuela).
- Amigos (cuya incidencia va a ser la más notable de todas cuando el niño entre en la adolescencia).

2.1.5.11. Construcción de la autoestima

La niñez es época importante del desarrollo de la autoestima la cual asigna una imagen positiva de sí mismo.

Los niños comparan sus yo deseados con sus yo reales y se juzgan a sí mismos, en la medida en que son capaces de alcanzar los estándares y expectativas sociales que han tomado en cuenta para la formación del autoconcepto y cuan bien logran poner en práctica el entorno social más cercano al individuo, son los que más influyen en esta potencialización o los que más dificultan llegar a la autoestima. (Roca, 2013)

Dependerá de los sentimientos y expectativas de las personas, a las que se sienten ligado afectivamente al individuo. Si los sentimientos son positivos, él recibirá un mensaje que le agradará, se sentirá bien y como consecuencia elevará su autoestima, como por el contrario si los sentimientos son negativos la percepción le causará dolor y rechazo a su propia persona y por lo tanto el decrecimiento de su autoestima.

El ser humano también construye internamente bajo sus propias expectativas, esta construcción puede ser negativa o positiva según sean esas experiencias y el criterio de valoración que se haga de ellas, esta relación puede terminar diciendo "*puedo, lo hice bien*". Es como un premio así mismo, ya la vez se convierte en una energía para hacer otras cosas bien hechas y de manera acertada.

En definitiva, la buena autoestima es el motor que desencadenará asertividad en las relaciones afectivas y sociales, la cual va permitir que se obtenga como resultado: gusto, agrado, satisfacción y amor por lo propio.

Sin embargo, puede pasar lo contrario: que el individuo se vea enfrentado a resultados o experiencias desagradables, insatisfacciones, con una carga afectiva negativa acompañada de auto acusaciones y auto flagelos que le provocan una sensación distorsionada que lo conduce a actuar deficientemente. De esta manera se genera un círculo vicioso que seguro daña a la autoestima. (alemanatv, 2014)

Otro aspecto que favorece la autoestima positiva es facilitar alternativas con objetivos más adecuados a nivel de desempeños y capacidades, para ello será necesario conocer a la persona, para de esta manera podamos ayudarla a conocerse a sí mismo.

Conociendo sus potencialidades que serán el motor para su superación y emprender nuevos desafíos. Últimamente se intenta formar una autoestima positiva por medios equivocados y que termina fracasando, pretender conseguir autoestima fortaleciendo el ego de los jóvenes para que se sientan bien consigo mismo, lo que siempre es una forma errónea para aumentar la autoestima, algunos de estos errores son:

- Alabar a los niños o alumnos independientemente de su comportamiento.

- Rebajar los ideales de vida (para que no sufran demasiado).
- No culpabilizarlos, nunca de nada suceda lo que suceda, no hay que humillarlos ni avergonzarlos.

Rebajar la exigencia en todo lo que se pueda. Llegar a la tolerancia total. Todo vale, todo está permitido, esperan que triunfe en una sociedad competitiva con la única actitud que se les ha inculcado: la de quererse a sí mismos.

Después de haber analizado estas formas erróneas de construcción de la autoestima lo único que han formado, es hijos mediocres que terminan cometiendo errores.

Por el contrario, sería consecuente ayudar al adolescente a que descubra su autoestima por medio de amor, cariño, afecto, comunicación con padres como maestros y formándolos en valores para que desarrollen su autoestima en forma positiva.

2.1.5.12. Beneficios de la autoestima

Uno de los beneficios expuestos por Mckay y Fanning (1999), en la salud mental. Explican los autores que una alta autoestima es el resultado deseado del proceso de desarrollo humano.

Se ha vinculado con la salud mental a largo plazo y con el equilibrio emocional. Los individuos cuya autoestima no se ha desarrollado lo suficiente, manifiestan síntomas psicossomáticos de ansiedad.

Otro beneficio de la autoestima es la competencia ante personas y el ajuste social. Se ha indicado según los autores antes señalados que, un pobre ajuste social que se relaciona con un bajo autoconcepto y una baja autoestima, se manifiestan en los niños y adolescentes, de varias formas.

“No se les selecciona como líderes no participan con frecuencia en clases, en clubes, o en actividades sociales. No defienden sus propios derechos ni expresan sus opiniones”. (Ríos, 2014)

Explican Mckay y Fanning (1999), “que otros beneficios de la autoestima es el rendimiento escolar, pues existen cada vez más datos que apoyan la teoría de que hay una correlación entre la autoestima y el rendimiento escolar”.

Los estudiantes con éxito tienen un mayor y mejor sentido de valía personal y se sienten mejor consigo mismo.

La relación es recíproca, es decir, quienes han tenido una autoestima alta tienden a poseer mayor rendimiento académico, y los que utilizan su potencial académico, tienen una mayor autoestima.

Se ha considerado que la autoestima aparenta ser un valor muy personalista, sin embargo, todo aquello que perfecciona a los individuos como seres humanos, se pone al servicio de los demás, una vez que se ha recorrido el camino, es más sencillo conducir a otros por una vía más ligera hacia esa mejora personal a la que todos los individuos aspiran.

“Por consiguiente, se puede indicar que los beneficios de la autoestima incluyen un mayor control sobre los pensamientos, emociones e impulsos, un fomento de su responsabilidad sobre la vida y las consecuencias de sus actos”. (Cyfuss, 2016)

2.1.5.13. Barreras de la autoestima

Las deficiencias están enganchadas a experiencias tempranas que tiene relación con miembros de la familia del individuo, esto es lo que se conoce como barreras de la autoestima.

Estas barreras tienen cargas emocionales muy perjudiciales, se refiere a la culpa, al rencor, por lo que el individuo piensa que le hicieron, miedo a ser ellos mismos, a conseguir lo que se propone, a depender de personas o cosas. Todos estos estados emocionales bloquean el potencial de autoestima y el desarrollo como seres autónomos y completos.

El miedo, la dependencia y la culpa, son las peores barreras con las que el individuo se encuentra en el camino de progreso y tienen que deshacerlas, desmontarlas, derribarlas; la responsabilidad es de cada persona, no puede seguir culpando a nadie ni a nada de lo que ocurre y de lo que pasa en la vida.

El miedo es un terrible enemigo que impide actuar y que bloquea, el tener miedo a perder el control de las situaciones, terror a no saber lo que va a ocurrir, terror a los retos y temor al éxito; estos temores se reflejan en la pereza, la negligencia y la comodidad; estas acciones afectan de manera directa al individuo y su contexto, ya que estos miedos no le permiten superarse y, por lo tanto, no desarrollan una buena autoestima. (Callao, 2015)

2.1.5.14. Gestos que alteran la autoestima

En el entorno familiar

En el núcleo familiar, es necesario que las principales figuras de cuidado (padres), cuenten con las herramientas adecuadas para el ejercicio de sus habilidades parentales.

Las humillaciones, agresiones, mensajes incongruentes, comunicación inadecuada, falta de cobertura de necesidades primarias, la ausencia prolongada, las carencias afectivas, amenazas, actitud punitiva, hábitos inadecuados como el consumo de sustancias psicotrópicas, presencia de violencia física, psicológica y sexual, denotan una relación directa con la alteración de la autoestima.

En el entorno social

El control inadecuado por parte de los progenitores, la ausencia de grupo protector, los insultos, el desprecio, la violencia de la autoridad, la soledad frente a necesidades de salud o cuidado, la ausencia de contacto, atención y asistencia, podría conllevar a dificultades de relacionamiento en distintos contextos de vida a largo plazo, tales como el ambiente laboral, social y comunitario.

En el entorno escolar

Sistema de calificaciones, sistemas de castigo, educación no personalizada, jerarquías rígidas y distantes, la ausencia de tutor, permisividad en la escuela, pandillas o grupos que constituyen referentes negativos, indolencia frente al abuso.

Son algunos elementos que generan una falta de orientación en la formación humana, limitando así un adecuado crecimiento y potenciación de todos los aspectos humanos y sociales, incluyendo el desarrollo de su autoestima.

2.1.5.15. Como influye la autoestima en los adolescentes

Condiciona el aprendizaje

El joven con poca autoestima o autoestima negativa, está poco motivado e interesado en aprender, encuentra poca satisfacción en el esfuerzo porque no confía en sus posibilidades de obtener éxito.

Cuando valora y le da importancia a su capacidad para aprender, experimenta mayor confianza en sí mismo y puede desplegar esfuerzos tendientes al logro de sus objetivos.

Ayuda en la superación de dificultades

El adolescente con autoestima positiva es capaz de enfrentarse a problemas y fracasos, porque dispone de la energía necesaria para confiar en superar los obstáculos.

Fundamenta la responsabilidad

La confianza en uno mismo constituye la base para ser capaz de responder a las exigencias de la vida cotidiana.

Posibilita la relación social

El justo aprecio y respeto por uno mismo genera seguridad personal, dota de atractivo personal y facilita las relaciones con los demás en relación de igualdad, sin sentimientos de inferioridad o superioridad.

Determina la autonomía

Quien se acepta y se siente bien consigo mismo es capaz de enfrentarse a retos de forma independiente. El sujeto se siente seguro de sus posibilidades como ser independiente y como ser social.

2.1.5.16. La dualidad de la autoestima

El ser humano durante toda su vida, experimenta experiencias y situaciones con las que siempre está en contacto, en este ir y venir el individuo puede llegar a vivir momentos tanto gratos, como desagradables e incluso poco gratificantes. La relación social generalmente otorgada por cambios rápidos y frecuentes; y por una gran competitividad obliga al individuo a hacer adaptaciones en varias circunstancias, lo que permite a este, tener valor personal y confianza, en las capacidades propias, aunque pudieran verse afectadas y creer que viven a merced de contingencias.

La confusión, la impotencia y frustración producida por el no logro lleva a dudar del poder positivo, de la capacidad natural que la persona tiene para reestablecerse y es entonces cuando se opta por crear y sostener conductas autodestructivas, que le alejan del bienestar generado por la autoestima. (Branden, Padres felices hijos triunfadores , 2003)

El amor incondicional y la confianza hacia sí mismo. Los seres humanos son la única especie capaz de traicionar y actuar en contra de sus medios de supervivencia, el hombre opta por manejarse de forma diversa, aunque no sirva y encuentre los siguientes caminos:

Parálisis

La frustración es una forma de incapacitar al individuo para la actividad creativa.

Negación

La importancia induce un bloqueo perceptivo, un autoengaño severo basado en el miedo al dolor.

Evasión

La estrategia aquí es hacer todo lo que impida ver la situación, conocer la presencia de la situación, pero se la pospone.

Enfermedad

Aunque cualquiera de las manifestaciones si se prolongan conduce a estados de desequilibrio orgánico, es decir, todas estas reacciones se manifiestan en forma de enfermedad.

Todo este manejo inadecuado de la energía se refleja en la ausencia de la autoestima.

Por eso es necesario mantener un recurso protector que permita mantener el poder personal, ser coherente en la conciencia e integración. Ese recurso es la autoestima con el que los individuos nacen, pero se debe reencontrarlos.

2.1.5.17. Formas de evitar una autoestima negativa

Haeussler y Milicic mencionan que, por lo general, cuando se encuentran jóvenes con autoestima baja, se realizan intervenciones, para prevenir esta baja autoestima, algunas pautas que ayudan a los educadores a no fomentar esta situación.

- Evitar las críticas que dañen la imagen personal.
- Evitar el perfeccionismo y los deberes inflexibles.
- Repetir características negativas.
- Disminuir los imperativos morales.
- Evitar críticas públicas.

2.1.5.18. Autoestima en el estudiante

El desempeño escolar es la resultante del complejo mundo que envuelve al estudiante, determinada por una serie de aspectos cotidianos: esfuerzo, capacidad de trabajo, intensidad de estudio, competencias, aptitud, personalidad, atención, motivación, memoria, medio relacional, que afectan directamente el desempeño escolar de los individuos.

La infinidad de aspectos que afectan el desempeño escolar de los estudiantes que ingresan a una institución, probablemente incluyen no solo influencias externas como entorno familiar, amistades, características sociodemográficas, entre otros, así como también el género de la persona, sus expectativas de realización personal, la aptitud o la motivación, a más de otros factores que son el resultado de la fusión de todos los anteriores o algunos de ellos, como lo es el nivel de autoestima. (Callao, 2015)

2.1.5.18.1. Autoestima baja en alumnos

Necesidad compulsiva de aprobación

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

Son alumnos que en clínica se acercan exageradamente al profesor para preguntarle cómo van, no tanto porque no sepan o duden de lo que están haciendo, sino porque necesitan oír que lo están haciendo bien.

Actitud inhibida, poco sociable

En la medida en que se valoran poco, tienen mucho temor a auto exponerse. Imaginan que son aburridos para los otros, por esta razón no se atreven a tomar la iniciativa creyendo que podrían ser rechazados. Tienen mucha dificultad para hacer amigos íntimos.

Aunque no son rechazados, tampoco son populares ya que, como responden en forma poca activa a las demandas de los demás, sus compañeros tienden, inconscientemente a ignorarlos y a buscar otras personas y actividades con quienes tengan una actitud más participativa y entusiasta.

Este tipo de alumnos en clínica se limitan con cumplir y acatar las instrucciones que, por parte de sus profesores, temen o les da pena expresar su opinión o criterio respecto a un tratamiento. Generalmente son alumnos que no tienen un mal rendimiento, pero tampoco destacan.

Temor excesivo a equivocarse

Son personas que están convencidas de que cometer una equivocación equivale a una catástrofe; por esa razón se arriesgan poco o nada. El temor a no tener éxito los paraliza. Prefieren decir "no se", cuando se les pregunta algo, si no están completamente seguros de la respuesta. Con frecuencia presentan ansiedad frente a las exigencias escolares y en ocasiones pueden, incluso, presentar bloqueo o sensación de pizarra en blanco frente a pruebas y exámenes. (Merino, 2015)

Son alumnos que cuando en clínica se les cuestiona acerca del porque están realizando algún tratamiento, o para que sirve lo que están haciendo, etc...se ponen nerviosos al contestar y en ocasiones responden no sé; y uno como docente al observar su desempeño podemos indagar que no necesariamente no saben o al menos no están en blanco acerca de lo que se les cuestiona.

Animo triste

A veces aparecen muy tranquilos que no dan problemas al maestro, pero si se les observa con cuidado, muestran un sentimiento general de tristeza, sonrían con dificultad, las actividades que se les proponen no los motivan y, aunque pueden realizarlas, resulta evidente que no se ilusionan con ellas como sus otros compañeros.

Les falta espontaneidad y aparecen como poco vitales en relación a sus compañeros. En la medida en que no molestan, sus dificultades son percibidas tardíamente, por lo que muchas veces, no se les da ayuda en forma oportuna. No pelean por su espacio y en una actitud resignada, aceptan el lugar que se les asigna.

Hay que tener presente que estos alumnos necesitan más que otros que se les reconozcan sus habilidades.

2.1.5.18.2. Autoestima alta en alumnos

Las expresiones de un alumno con autoestima positiva son variables y dependen tanto de factores de personalidad como de factores ambientales. Sin embargo, hay rasgos comunes que podrían sintetizarse como sigue:

En relación a sí mismo

- Tiene una actitud de confianza en si mismo, actúa con seguridad y se siente capaz y responsable por lo que siente, piensa y hace. Es una persona integrada que tiene capacidad de autocontrol y es capaz de autorregularse en la expresión de sus impulsos.
- Son alumnos que cuidan su aspecto personal y se desenvuelven adecuadamente al explicarles a sus pacientes el plan de tratamiento.
- Tienen confianza en sí mismos al estar realizando los tratamientos.
- Son receptivos a las críticas de sus profesores, pero también son capaces de expresar sus criterios o diferencias con respeto y asertividad.
- Son alumnos responsables y que asumen algún error que pudieran cometer en clínica buscando la manera de resolver el problema.

En relación a los demás

- Es abierto y flexible, lo que le permite crecer emocionalmente en la relación con otros.
- Tiene una actitud de valoración de los demás y los acepta como son.
- Es capaz de ser autónomo en sus decisiones y le es posible disentir sin agredir.

- Toma la iniciativa en el contacto social y a su vez es buscado por sus compañeros porque resulta agradable.
- Su comunicación con los otros es clara y directa. Los elementos verbales coinciden con los no verbales, por lo que su comunicación es congruente.
- Tiene una actitud empática; es capaz de conectarse con las necesidades de los otros.
- Establece en forma adecuada relaciones con sus profesores y con otras personas de mayor jerarquía.

Frente a las tareas y obligaciones

- Asume una actitud de compromiso, se interesa por la tarea y es capaz de orientarse por las metas que se propone.
- Es optimista en relación a sus posibilidades para realizar sus trabajos.
- Se esfuerza y es constante a pesar de las dificultades. No se angustia en exceso frente a los problemas, pero se preocupa por encontrar soluciones.
- Percibe el éxito como el resultado de sus habilidades y esfuerzos.
- Cuando se equivoca es capaz de reconocerlo y de enmendar sus errores, no se limita a auto culparse ni a culpar a los otros.
- Su actitud es creativa. Es capaz de asumir las consecuencias que implica una tarea nueva.
- Es capaz de trabajar en grupo con sus compañeros.

2.1.5.19. Importancia de la autoestima en el desempeño escolar.

Por lo general, cuando se habla de aprendizaje escolar se refiere a un complejo proceso en el que intervienen numerosas variables. Algunas de ellas merecen ser destacadas como por ejemplo las condiciones psicológicas (afectivas y cognitivas) del alumno para acceder al aprendizaje, la relación con el docente, la metodología de la enseñanza, la valorización social del aprendizaje y el medio socio - económico y cultural.

La autoestima cumple un papel importante en los éxitos y los fracasos, la satisfacción, el bienestar psíquico y el conjunto de relaciones sociales. Tiene especial importancia desde el punto de vista educativo. Los sujetos con baja autoestima tienden a desmerecer su talento, son influenciables, eluden situaciones que le provocan ansiedad y se frustran con mayor facilidad. (alemanatv, 2014)

Es posible pensar que el éxito escolar consiste en el equilibrio entre el éxito académico, social y personal. Esto se consigue mediante el trabajo conjunto de padres profesores y alumnos en torno a un proyecto común, para desarrollar capacidades, hábitos de actividad (intelectuales cognitivas y sociales). La opinión que los sujetos tengan de su competencia, es fundamental para obtener un buen desempeño escolar.

La experiencia de éxito o fracaso, bajo un juicio de capacidad o incapacidad, crea en él estudiante actitudes que fortalecen u obstaculizan el óptimo desarrollo de sus capacidades y potencialidades.

2.1.6. Rendimiento académico

El rendimiento hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, a la reacción del alumno ante un reto concreto el cual puede estar sometido a variaciones provocadas por imprevistos, presiones, nervios, entre otros.

En otras palabras, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos. En este sentido, el rendimiento académico está vinculado a la aptitud. (Branden, Padres felices hijos triunfadores , 2003)

Existen distintos factores que inciden en el rendimiento académico. Desde la dificultad propia de algunas asignaturas, hasta la gran cantidad de exámenes que pueden coincidir en una fecha, pasando por la amplia extensión de ciertos programas educativos. Son muchos los motivos que pueden llevar a un alumno a mostrar un pobre rendimiento académico.

Otras cuestiones están directamente relacionadas al factor psicológico, como la poca motivación, el desinterés o las distracciones en clase, que dificultan la comprensión de los conocimientos impartidos por el docente y termina afectando al rendimiento académico a la hora de las evaluaciones. “Estas circunstancias impiden que el estudiante desarrolle o demuestre todo su potencial y es aquí cuando se interviene brindándole asistencia, entrenándolo para poder rendir de forma estable incluso ante situaciones inesperadas o complejas”. (Vives, 2012)

- **Hay dos tipos de rendimiento escolar:**

- a. Rendimiento efectivo:**

Es el que realmente obtiene el alumno de acuerdo con su esfuerzo, aptitudes y capacidades y es el que se refleja en los exámenes tradicionales, pruebas objetivas y trabajos personales y en equipo. Lo interesante de este "rendimiento efectivo" es que la calificación viene dada por varias oportunidades al alumno con diversas formas de trabajar y no como un mero examen donde se juega la evaluación a una sola opción.

b. Rendimiento satisfactorio:

Considerado, como la diferencia existente, entre lo que ha obtenido realmente el alumno y lo que podía haber obtenido, teniendo en cuenta: su inteligencia, su esfuerzo, sus circunstancias personales y familiares, etc. Este rendimiento se traduce en términos de: actitud satisfactoria o insatisfactoria.

2.1.6.1. El bajo rendimiento académico

El rendimiento escolar es alcanzar un nivel educativo eficiente, donde el estudiante puede demostrar sus capacidades cognitivas, conceptuales, actitudinales, procedimentales y actitudinales.

Cuando los resultados académicos, traducidos en calificaciones, no son satisfactorios; las notas del colegio, entregadas al final de los trimestres son bajas, significa que los niños y adolescentes están sufriendo el bajo rendimiento escolar por un sin número de causas, el bajo rendimiento escolar puede presentarse en los individuos con perfiles muy diferentes: los hay muy trabajadores aunque no les resulta productivo, los hay pasivos, que no terminan de implicarse en las dinámicas de clase y finalmente, los hay con considerables problemas de adaptación y con facilidad para entrar en conflictos.

2.1.6.1.1. Las causas del bajo rendimiento académico

Las Institucionales

Es importante puntualizar que también existen factores institucionales que afectan el bajo rendimiento, aunque son menos relevantes pero se deben tomar en cuenta entre lo más importantes tenemos: los escasos recursos didácticos para la docencia, aulas debidamente adecuadas para un ambiente de aprendizaje aunque esto no incide mayormente en el bajo rendimiento académico

Entorno educativo

Las nuevas tendencias en educación cada vez prestan mayor atención a los procesos de aprendizaje de los alumnos, como respuesta a la demanda social de formar personas con competencias para aprender eficazmente.

Las teorías de Estilos de Aprendizaje se han convertido en una alternativa para dar explicación, del porqué cuando un grupo de estudiantes que comparte el mismo ambiente de aprendizaje, cada miembro aprende de manera diferente.

(Alonso, Gallego y Honey (1997) plantean que existen suficientes investigaciones que muestran la relación entre los estilos de aprendizaje y el rendimiento académico, es decir, que los estudiantes aprenden con más efectividad cuando se les enseña con sus estilos de aprendizaje y en un entorno educativo adecuado.

Las relacionadas con el docente

Los docentes opinan que la variable más incidente del bajo rendimiento de los estudiantes de educación básica es el escaso nivel de conocimientos previos en el alumno para cruzar las asignaturas, seguridad e la falta de auto control, auto exigencia y responsabilidad por parte de los estudiantes destacan el deficiente aprovechamiento de las horas libres y la baja estimulación institucional para las tareas docentes, el insuficiente dominio de técnicas de estudio por parte del alumno y su falta de esfuerzo para centrarse en el estudio.

También aparecen como relevantes entre los programas de estudio y el clima motivador para estudiar. Además el bajo rendimiento esta por el inadecuado estilo de aprendizaje y dejarse llevar por un ambiente más de diversión que de estudio. Algunos docentes reconocen la falta de estrategias motivacionales que inciden en el bajo rendimiento académico.

Las relacionadas con el alumno

Los alumnos otorgan una justificativa relevancia de su bajo rendimiento a la dificultad que presenta algunas asignaturas, así mismo el excesivo número de materias a estudiar y también la extensión desproporcionada de los programas. Es necesario también relevar el elevado número de exámenes y trabajos que los docentes aplican a los estudiantes. Todas estas causas afectan de manera directa el aprovechamiento académico marcando en ellos de manera negativa su rendimiento.

Adecuada utilización de material didáctico

El uso de material concreto desde los primeros años ofrece a los estudiantes la posibilidad de manipular, indagar, descubrir, observar, al mismo tiempo que se ejercita la práctica de normas de convivencia y el desarrollo de valores como, por ejemplo: la cooperación, solidaridad, respeto, tolerancia, la protección del medioambiente, entre otros.

El material apropiado apoya el aprendizaje, ayudando a pensar, incitando la imaginación y creación, ejercitando la manipulación y construcción, y propiciando la elaboración de relaciones operatorias y el enriquecimiento del vocabulario.

El uso de material, además, desarrolla la memoria, el razonamiento, la percepción, observación, atención y concentración; refuerza y sirve para aplicar los conocimientos que se construyen en las actividades curriculares programadas para trabajar conceptos, procedimientos, valores y actitudes; desarrolla en los niños comprensiones sobre las reglas, análisis y precisiones que demanda cada actividad; coordinación óculo-manual; capacidad de resolver problemas; discriminación visual; la sociabilidad, habilidad de jugar juntos, regulan su comportamiento, la honestidad, elevan su nivel de exigencia.

2.1.6.2. Pautas para mejorar el bajo rendimiento académico

En relación con la institución

- Buscar estrategias para elevar el nivel de conocimiento de los alumnos ya que, la falta de conocimientos previos necesita ser nivelada y conocida por los docentes para estabilizar el nivel de estudio de los jóvenes.
- Replantearse en los planes de estudio la posibilidad de integrar temáticas, que serán de interés para los adolescentes.
- Potenciar la interrelación de los programas de las asignaturas con los planes de estudio, favoreciendo la comunicación entre lo que enseñan y los que aprenden.
- Favorecer las actividades culturales y de estudio, la creación de espacios de trabajo bibliotecas, laboratorios y centros informativos para que el estudiante encuentren clima propicio para estudiar.

En relación a los alumnos

- Potenciar los servicios de consejería estudiantil con ello mejorar los hábitos y técnicas de estudio como sus actitudes de responsabilidad, esfuerzo y auto exigencia.
- Revalorizar la función tutorial como una actividad docente que acompaña el proceso de aprendizaje y seguimiento orientada a mejorar la condición académica del estudiante.
- Propiciar una mayor exigencia al alumno con la asistencia regular a clases sacando el mayor provecho de su presencia en el aula.

En relación a los docentes

- Tomar medidas orientadas al reconocimiento de las tareas docentes que no deben ser solamente para impartir las clases si no al llevar actividades que se deben realizar en el aula día a día, la preparación adecuada de materiales didácticos, la corrección de ejercicios y la organización de prácticas.
- Potenciar la formación pedagógica del profesorado dando importancia a la adquisición de estrategias y técnicas motivacionales para trabajar con los alumnos.
- La convivencia de asumir los nuevos planteamientos curriculares con proyecciones metodológicas modernas y una especificación clara de competencias y logros a conseguir en el alumno, integración progresiva de las nuevas tecnologías, conseguir mayor actividad del alumno y una evaluación continua y formativa.

2.1.7. ¿Qué es una guía?

Es un elemento fundamental que promueve el trabajo individual y en equipo con actividades didácticas que estimulan la reflexión y el aprendizaje colaborativo por medio de la interacción, el diálogo, la participación activa y la construcción social de conocimientos, respetando siempre el ritmo de aprendizaje propio de cada estudiante. (Escuela, 2015)

Es algo que tutela, rige u orienta. Una guía de estudios, tiene la tarea de orientar a los educandos hacia un aprendizaje eficaz, explicándoles ciertos contenidos, ayudándolos a identificar el material de estudio, enseñándoles técnicas de aprendizaje y evacuándoles sus dudas.

En este sentido la moderna concepción sobre el rol del maestro es la de ser un guía en el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumno, y

no un transmisor de conocimientos como se lo consideraba tradicionalmente.

2.1.7.1. ¿Por qué es necesario elaborar una guía didáctica?

Con frecuencia los involucrados en los procesos de aprendizaje se formulan esta pregunta, puesto que se necesita de manera imprescindible un instrumento que permita que se desarrollen integralmente los contenidos de un programa de asignatura eso quiere decir, que permita organizar, profundizar o completar su desarrollo que muchas veces en las horas clase no se las puede realizar.

Por lo general los textos del mercado son muy generales y una guía está adaptada al contexto en el que se desarrolla la acción formativa. La necesidad de integrar un solo documento que contenga todas las orientaciones y estrategias que conduzcan al estudiante, y a todos los miembros de la unidad educativa a abordar con éxito el aprendizaje autónomo.

2.1.7.2. ¿Cuáles son las funciones básicas de la guía didáctica?

La guía didáctica cumple diversas funciones desde sugerencias para abordar la temática de la autoestima en este caso, hasta acompañar al alumno en sus diferentes etapas del desarrollo de la guía entre las funciones tenemos las siguientes:

2.1.7.2.1. Función motivadora

- Despierta el interés por la temática y mantiene la atención durante el proceso de aprendizaje.
- Motiva y acompaña al estudiante para aprender de manera didáctica.

2.1.7.2.2. Función facilitadora

- Propone objetivos claros que orientan el estudio de los alumnos.
- Organiza y estructura la información.
- Vincula el texto a los demás materiales educativos.
- Completa y profundiza la información.
- Sugiere técnicas de trabajo intelectual que faciliten la comprensión del estudio de la autoestima y su verdadera importancia.
- Sugiere distintas actividades y ejercicios para fortalecer lo aprendido.
- Aclara dudas que pudieran obstaculizar el proceso de aprendizaje.
- Especifica estrategias de trabajo para que el estudiante sea autónomo en el aprendizaje.

2.1.7.2.3. Función de orientación y dialogo

- Fomenta la capacidad de organización y estudio sistemático.
- Promueve la interacción con los demás compañeros.
- Permite la comunicación entre los miembros de la comunidad educativa.
- Posibilita el aprendizaje independiente.

2.1.7.2.4. Función evaluadora

- Activa los conocimientos previos para despertar el interés por los conocimientos nuevos.
- Propone ejercicios permanentes que fortalezcan el aprendizaje y formación.
- Presenta ejercicios de auto evaluación para que el estudiante controle sus progresos, encuentre vacíos y sea capaz de superarlos.
- Realimenta al estudiante, a fin de provocar una concienciación sobre su propio aprendizaje.

2.1.7.3. Orientaciones generales para el estudio

“Constituyen sugerencias, consejos o ayudas que el profesor propone a los alumnos para que organicen mejor su tiempo, busquen condiciones favorables para estudiar, controlen sus progresos y obtengan satisfacción en sus estudios”. (Feijoo, 2004)

Algunas orientaciones generales que se recomienda incluir son:

- Descripción de los materiales y recursos con los que contará el alumno para el desarrollo de la guía.
- Horas requeridas para el estudio de la guía; se podría sugerir un calendario tentativo.
- Recomendaciones sobre algún método de estudio. Conviene orientar a los alumnos sobre la metodología propia de cada disciplina.

Las orientaciones para el estudio

¿Qué son?

- Sugerencias
- Consejos
- Orientaciones
- Ayudas
- Estrategias

¿Para qué sirven?

- Integrar las diferentes fuentes de información.
- Buscar condiciones favorables para estudiar.
- Organizar el trabajo intelectual.

- Desarrollar hábitos de estudio.
- Distribuir y aprovechar mejor el tiempo.
- Comprender y aprender con éxito.

2.2. Posicionamiento Teórico Personal

Se encuentra orientado por la teoría cognitiva de Jean Piaget, misma que refiere que cada individuo se desarrolla de acuerdo a su propio ritmo; no necesariamente todos los individuos tienen la misma capacidad para poder enfrentarse a las dificultades del diario vivir esto puede afectar en varios ámbitos de su vida tanto en lo afectivo, social, educativo, psicológico, físico y otros.

Pudiendo generar presión en los adolescentes que no van al mismo ritmo que otros lo que puede producir problemas emocionales, que no les permita un desarrollo cognitivo, emocional, personal adecuado.

En algunos adolescentes la capacidad de poder enfrentar las dificultades es muy alta pues estos no tienen ninguno o muy pocos problemas que pudieran afectar su autoestima.

En otros casos los jóvenes si son afectados por las dificultades del diario vivir y les resulta muy complejo enfrentar las dificultades conduciendo en la mayoría de los casos a una baja autoestima. Que en altos porcentajes les llevan a obtener rendimientos deficientes a nivel escolar.

La estructura cognitiva se fundamenta en que el conocimiento que se adquiere existe en la mente como representación interna de una realidad externa, esta bondad cognitiva puede lograr que mucho jóvenes teniendo su propia concepción en la mente de una manera inadecuada puede proyectar en su medio actitudes negativas a nivel afectivo, psicológico y educativo, puesto que lo que yo pienso de mi lo proyecto en el medio

circundante en definitiva mi autoconcepto genera condiciones favorables y desfavorables en los seres humanos.

La teoría cognitiva permite hacer un estudio de la integración social y de la emoción este enfoque cognitivo le da relevancia al aprendizaje humano en situaciones complejas alejándose de las teorías conductistas que enfocan únicamente el aprendizaje a las páginas de un libro y no al ser humano.

Piaget creía que la infancia del individuo juega un papel vital y activo en el crecimiento de la inteligencia, el desarrollo intelectual se centra en la percepción, adaptación y la manipulación del entorno que le rodea, también se indica que los procesos mentales resultan de la maduración biológica y la experiencia ambiental.

Por tanto, se cree que la forma en cómo se desarrolla el individuo, con respecto especialmente a la manera de enfrentar las distintas desavenencias de la existencia, tiene una relación directa con su autoestima, sin ser la excepción que dicho constructo influya enormemente en el desenvolvimiento del sujeto en sus distintos entornos de interacción, en especial en el ámbito escolar, teniendo gran impacto, ya sea positivo o negativo en su respuesta.

2.3. Glosario de términos

Adaptación: La adaptación es un proceso de acomodación o ajuste de una cosa, u organismo, o hecho; a otra cosa, ser o circunstancia. Son cambios que se operan en algo, con motivo de agentes internos o externos.

Adolescencia: La transformación del infante antes de llegar a la adultez. Se trata de un cambio de cuerpo y mente, pero que no sólo acontece en el propio adolescente, sino que también se conjuga con su entorno.

Autoconcepto: Es el conjunto de características (físicas, intelectuales, afectivas, sociales, etc.) que conforman la imagen que un sujeto tiene de sí mismo. Este concepto de sí mismo no permanece estático a lo largo de la vida, sino que se va desarrollando y construyendo gracias a la intervención de factores cognitivos y a la interacción social a lo largo del desarrollo.

Autoestima: La autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia sí mismos, hacia la manera de ser y de comportarse y hacia los rasgos del cuerpo y el carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de uno mismo.

Autoimagen: Es el concepto que se emplea en nuestro idioma para designar a aquella imagen que alguien dispone de sí mismo, o bien a la representación que surge en la mente sobre uno. Tal autoimagen que cada cual nos conformamos incluye no solamente el aspecto físico, o sea las características exteriores, sino también todas aquellas cuestiones vinculadas a nuestro interior: ideas, opiniones, sentimientos, entre otras cuestiones, que van determinándose con el correr de las situaciones, elecciones y decisiones que se toman o nos suceden en la vida.

Baja autoestima: La baja autoestima se define como la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás.

Capacidad: La capacidad es la aptitud que se tiene en una determinada disciplina o práctica.

Comunicación: Es el mecanismo por medio del cual existen y se desarrollan las relaciones humanas, es decir, todos los símbolos de la mente junto con los medios para instituirlos a través del espacio y presentarlos en el tiempo.

Empatía: Es la capacidad que tiene el ser humano para conectarse a otra persona y responder adecuadamente a las necesidades del otro, a compartir sus sentimientos, e ideas de tal manera que logra que el otro se sienta muy bien con él.

Entorno escolar: Cuando hablamos de entorno escolar nos referimos a todo lo que hace a la escuela: alumnos, docentes, personal auxiliar, personal jerárquico, padres, barrio, instituciones barriales, características de la comunidad.

Entorno familiar: aquellas personas que conviven entre sí, unidas por un vínculo biológico o adoptivo que creó entre ellas una comunidad de afecto y protección mutuos.

Entorno social: Es un marco social en el cual los seres humanos nacemos, en el que nos desarrollaremos y creceremos, y asimismo en el que viviremos el resto de nuestras vidas.

Habilidad: La habilidad es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que ostenta una persona para llevar a cabo y por supuesto con éxito, determinada actividad, trabajo u oficio.

Interacción: La interacción es siempre comunicación con otro distinto a uno mismo, y es mediante este proceso que los sujetos sociales adquieren capacidad reflexiva para verse a sí mismos.

Personalidad: La personalidad es el conjunto de características físicas, genéticas y sociales que reúne un individuo, y que lo hacen diferente y único respecto del resto de los individuos.

Rendimiento académico: El rendimiento hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el entorno escolar. Un

estudiante con buen rendimiento académico es aquél que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de una cursada.

Rechazo social: Hace referencia a la circunstancia en la cual un individuo es excluido en forma deliberada de una relación social o interacción social.

2.4. Interrogantes de la investigación

- ¿Un diagnóstico coherente sobre la problemática de investigación permitirá detectar factores de la baja autoestima que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de décimos años de educación general básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco” ?
- ¿La selección adecuada de la información Teórica / Científica permitirá la fácil comprensión de la problemática, para observar y direccionar de manera clara nuestra investigación?
- ¿Detectada la problemática la guía didáctica y la selección adecuada de estrategias permitirá consolidar espacios que permitan elevar la autoestima y una adecuada convivencia en la comunidad educativa?
- ¿La socialización de la guía didáctica permitirá a los actores institucionales el empoderamiento de la misma, para dar respuesta a la problemática de la autoestima y su relación con el bajo rendimiento académico?

2.5. Matriz Categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADOR
<p>Es el concepto que las personas tenemos de sí mismos, es conocer las habilidades y falencias, es la percepción evaluativa de uno mismo.</p> <p>El rendimiento académico se refiere a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar.</p>	<p>Autoestima</p> <p>Rendimiento Académico</p>	<p>Familia</p> <p>Grupo de pares</p> <p>Docentes e Institución educativa</p> <p>Motivación</p> <p>Metodología</p>	<p>Soporte, afecto, protección, comunicación, apoyo, asertividad.</p> <p>Aceptación, interacción.</p> <p>Comunicación, aprendizaje, calidez.</p> <p>Entorno educativo adecuado.</p> <p>Correcta utilización de la materia didáctica y transmisión adecuada de los conocimientos.</p> <p>Manejo del tiempo libre, manejo de las redes sociales y comunicación con la familia.</p>
		<p>Entorno social</p>	

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Investigación

Investigación de Campo

La investigación de campo permitió realizar un proceso riguroso y racional de recolección, tratamiento, análisis y presentación de datos, esto implica realizar un trabajo exploratorio sobre la realidad de la investigación para verificar lo planteado. Se empleó la investigación de campo, puesto que se contó con el elemento humano, constituido por los estudiantes de décimos años de educación general básica de la Unidad Educativa “San Francisco” del cual se obtuvo información necesaria para la realización adecuada de esta investigación, aplicando una serie de instrumentos que faciliten la recolección de los datos necesarios.

Investigación Documental

La investigación documental es una técnica que consiste en la selección y recopilación de información basada en documentos entre ellos libros, artículos, revistas, trabajos científicos, entre otros.

Instrumentos que permiten tener una visión general sobre el asunto a tratar. Los elementos teóricos con los que se cuentan como base sobre la autoestima y su incidencia en el rendimiento académico de los adolescentes; esta recopilación posibilita acceder a una realidad dentro de la presente investigación. Existe suficiente información de la temática sin embargo se ha seleccionado de manera rigurosa que se acerque mayormente a la temática.

Investigación Descriptiva

Se buscó especificar las propiedades y aspectos que involucren social y educativamente a los estudiantes de décimos años de la Unidad Educativa “San Francisco” y a su vez permitió llevar adelante este trabajo a nivel descriptivo. De esta manera, una vez obtenidos los datos, tabulados e interpretados, se determinó una guía para relacionar las conexiones existentes entre la baja autoestima y los factores de incidencia en el bajo rendimiento académico. Esta descripción numérica le da mayor validez y explica lo descubierto pues permitió definir, a quienes medir y que involucra medición.

3.2. Métodos

Inductivo - Deductivo

En el caso del trabajo de investigación la inducción permitió tomar ciertos elementos pequeños relacionados con la autoestima y el rendimiento escolar y con ellos empezar a analizarlos y clasificarlos, para su uso en la investigación; para luego de un análisis poder generar mediante conclusiones diagnosticar y ejecutar programas de ayuda a los estudiantes. También al utilizar fundamentos generales de trabajos preestablecidos sobre autoestima y rendimiento escolar que han permitido visualizar de manera particular el problema que aqueja a los adolescentes de décimos años de educación general básica de la Unidad Educativa “San Francisco”.

Analítico

Posibilitó conocer la situación real la cual estaba viviendo la institución educativa, facilitó la observación de las causas, la naturaleza y los efectos que aquejaban a toda la comunidad y desencadenó el proceso de identificación de cada uno de los problemas y ayudó a reconocer las causas y los efectos del problema planteado.

3.2.1. Método Matemático

Estadístico

Se accedió a relacionar las variables trabajadas en este caso la autoestima y el rendimiento escolar siendo estas variables de comportamiento humano.

Mediante el manejo de datos utilizando encuestas, gráficos, para observar las realidades cualitativas y cuantitativas de la investigación. Estas encuestas escritas se trasladaron a datos estadísticos con el propósito de comprobar y alcanzar los objetivos de la investigación.

Este es un instrumento preciso, con el posibilito la obtención de datos e interpretación de los mismos, y se obtuvo las conclusiones y recomendaciones y dar solución a los problemas educativos.

3.3. Técnicas e Instrumentos

Encuesta. _ Esta técnica se utilizó para obtener información escrita, para disponer la información necesaria para el desarrollo del trabajo investigativo. Se diseñó encuestas que se aplicaron a estudiantes y docentes de décimos años de educación básica de la Unidad Educativa "San Francisco", lo que permitió recopilar información fundamental y necesaria, con la cual se obtuvo datos reales del problema planteado que fueron tabulados y que arrojaron información relevante.

3.4. Población

Cuadro N° 1 Población

GRUPO A INVESTIGARSE	NÚMERO	PORCENTAJE
Estudiantes	105	91 %
Docentes	10	9%
Total	115	100%

Investigadora: Carolina Miño

3.5. Muestra

Se trabajó con el 100% de la población estudiantil y docentes para obtener un resultado acertado sobre el objeto de estudio. No se utilizó la fórmula estadística puesto que la población no sobre pasa los 140 individuos.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Análisis de Resultados (estudiantes)

Pregunta N° 1

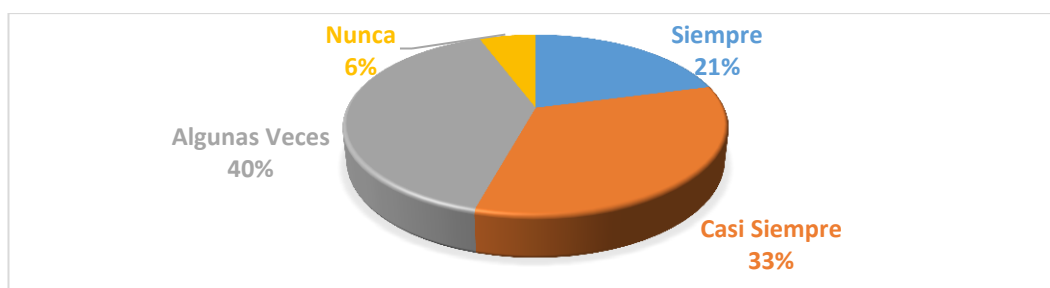
¿El apoyo económico que le brindan los miembros de su familia es suficiente para sus gastos?

Cuadro N° 2 Gastos

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	22	21
Casi Siempre	35	33
Algunas Veces	42	40
Nunca	6	6
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 1 Estabilidad económica



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Cómo indican los resultados, existe un gran porcentaje de estudiantes que manifiestan no contar con el suficiente apoyo económico, factor que en poca o gran medida afecta a la autoestima.

Pregunta N° 2

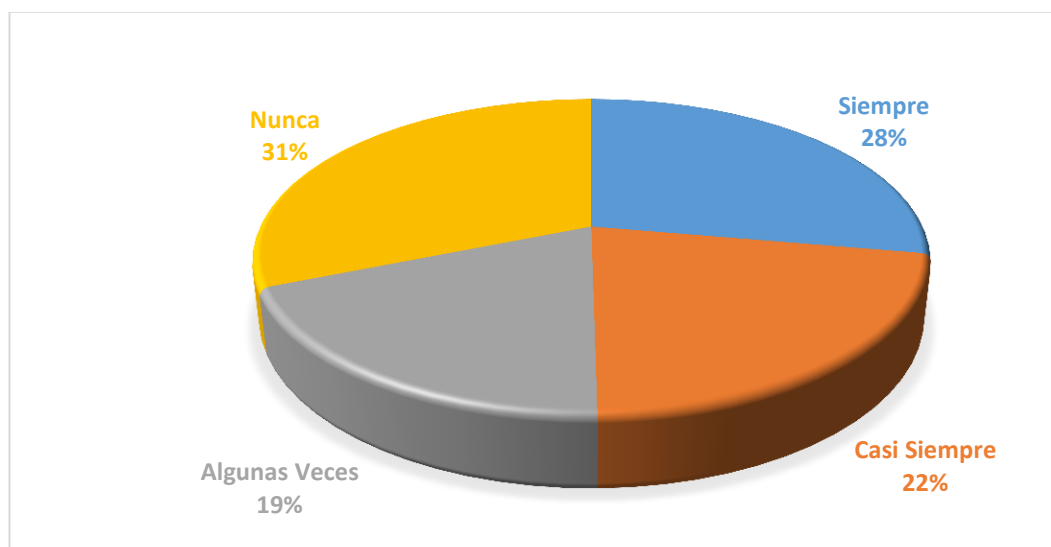
¿Cree usted que existe una buena comunicación entre los miembros de su familia; que permita un entorno familiar adecuado?

Cuadro N° 3 Comunicación familiar

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	29	28
Casi Siempre	23	22
Algunas Veces	20	19
Nunca	33	31
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 2 Comunicación familiar



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Un porcentaje significativo de estudiantes indican que nunca tienen la suficiente comunicación con los miembros de su familia, por tanto, es necesario que se concientice para que estos pongan énfasis en la comunicación intrafamiliar, para lograr un mejor entorno dentro del hogar.

Pregunta N° 3

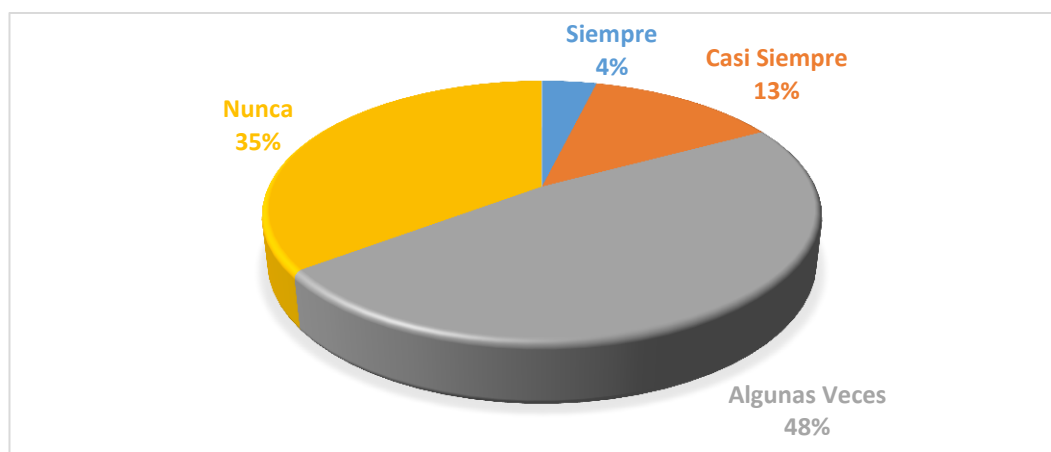
¿Los miembros de su familia le brindan apoyo en todas sus actividades (académicas y extracurriculares) y eso le hace sentir cómodo y alegre?

Cuadro N° 4 Apoyo y su influencia

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	4	4
Casi Siempre	14	13
Algunas Veces	50	48
Nunca	37	35
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 3 Apoyo y su influencia



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

De los estudiantes encuestados la gran mayoría indican que los miembros de su familia no le brindan el suficiente apoyo en sus actividades, por lo que es imprescindible sensibilizar a los padres de familia para que brinden el apoyo incondicional en las ocupaciones de sus hijos, para hacer que ellos se sientan cómodos y alegres.

Pregunta N° 4

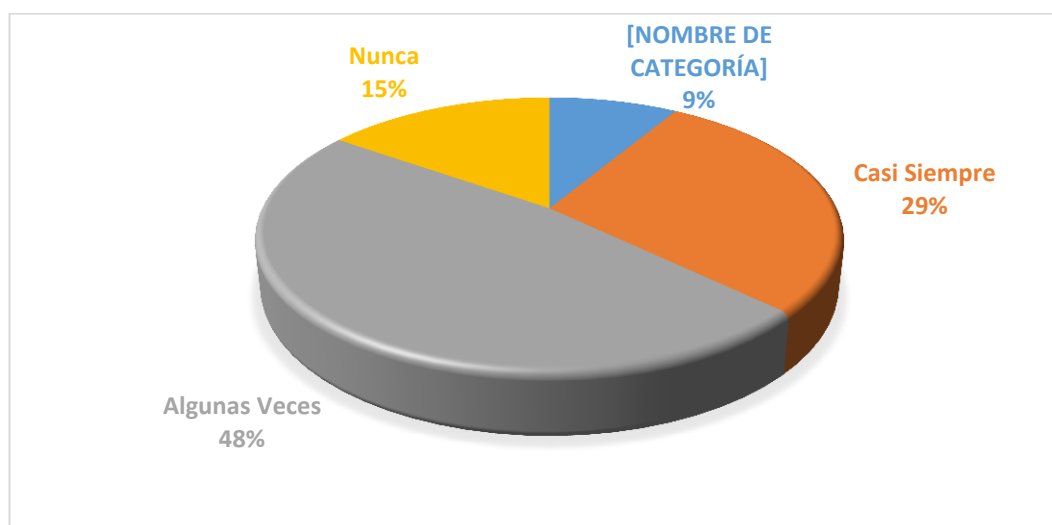
¿Siento que soy agradable ante los demás, y eso me hace sentir aceptado?

Cuadro N° 5 Aceptación por su grupo de pares

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	9	9
Casi Siempre	30	29
Algunas Veces	50	48
Nunca	16	15
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 4 Aceptación por su grupo de pares



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Los jóvenes manifiestan en un alto porcentaje que algunas veces sienten que son agradables hacia los demás, por ello es importante impartir programas que generen una visión acertada de sí mismos.

Pregunta N° 5

¿Si usted fuera aceptado por sus compañeros de aula, eso le ayudaría a mejorar su nivel de aprendizaje?

Cuadro N° 6 Mejoras en el nivel de aprendizaje

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	52	50
Casi Siempre	40	38
Algunas Veces	9	9
Nunca	4	4
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 5 Mejoras en el nivel de aprendizaje



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco."
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Un significativo porcentaje de estudiantes dicen que sí existiera la aceptación de su grupo de pares, mejoraría su nivel de aprendizaje, a diferencia de un mínimo porcentaje que manifiesta que él no ser aceptado no afecta en su nivel de aprendizaje, por lo que es importante fomentar lazos de compañerismo y generar espacios de acoplamiento y cooperación estudiantiles.

Pregunta N° 6

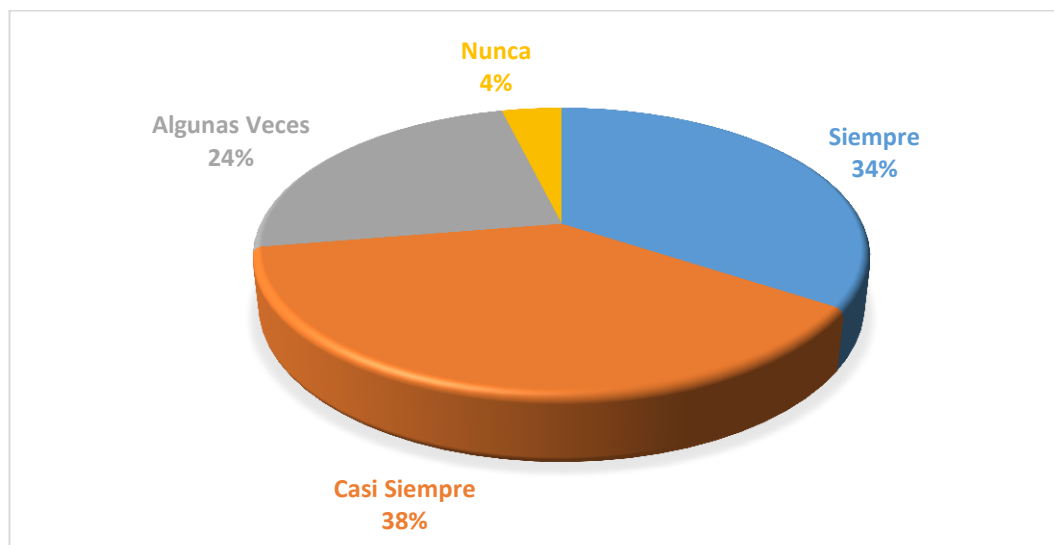
¿Siento que soy dependiente de otros y eso me hace sentir menos importante?

Cuadro N° 7 Dependencia escolar

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	36	34
Casi Siempre	40	38
Algunas Veces	25	24
Nunca	4	4
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 6 Dependencia escolar



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Un elevado porcentaje manifiesta que los jóvenes son dependientes de otros y eso les hace sentirse menos importantes, lo que podría ocasionar que no haya el adecuado desenvolvimiento en su entorno escolar, generando casi siempre inseguridad.

Pregunta N° 7

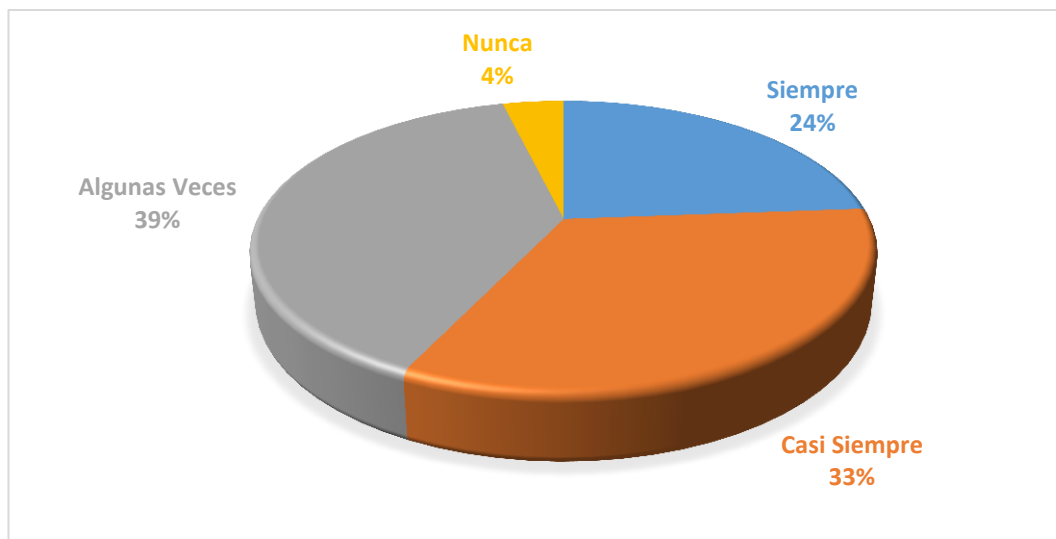
¿Me siento contento con mi aspecto físico y me acepto tal y como soy?

Cuadro N° 8 Autoconcepto y aceptación

Descripción	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	25	24
Casi Siempre	35	33
Algunas Veces	41	39
Nunca	4	4
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 7 Autoconcepto



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Los estudiantes encuestados, consideran en un gran porcentaje que no se sienten contentos con su aspecto físico y no se logran a aceptar tal y como son, lo que genera el deterioro de la autoestima, por ello es importante el uso de la guía que genere el fortalecimiento de la autoestima.

Pregunta N° 8

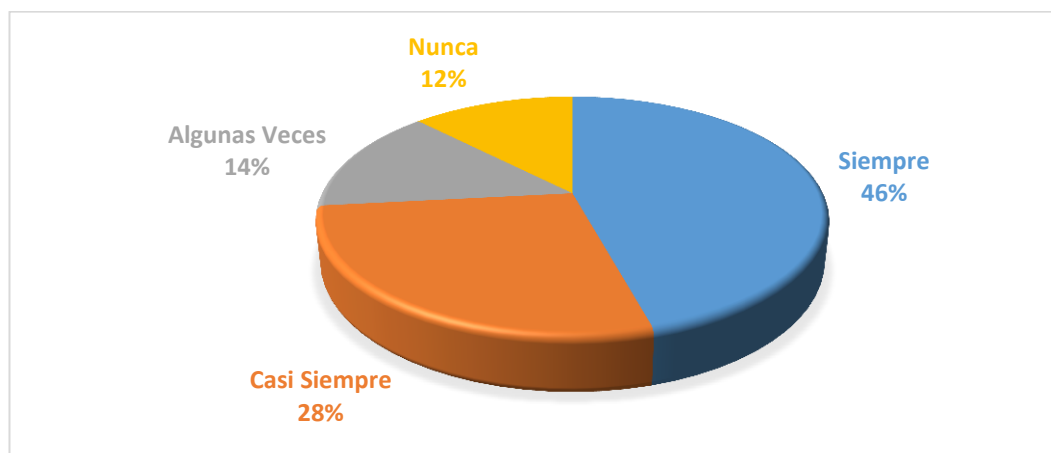
¿Si usted se siente mal consigo mismo eso afecta a su aprendizaje escolar?

Cuadro N° 9 Autoimagen e influencia en el rendimiento académico

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	48	46
Casi Siempre	29	28
Algunas Veces	15	14
Nunca	13	12
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 8 Autoimagen e influencia en el rendimiento académico



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Cómo indican los resultados en esta interrogante los jóvenes de un altísimo porcentaje dicen sentirse mal consigo mismo, y que eso afecta a su aprendizaje, a diferencia de un porcentaje muy pequeño que indica sentirse bien consigo mismo, por lo que es necesario poner en práctica las estrategias brindadas por la guía para así mantener un autoconcepto adecuado que eleve el nivel de aprendizaje de los estudiantes.

Pregunta N° 9

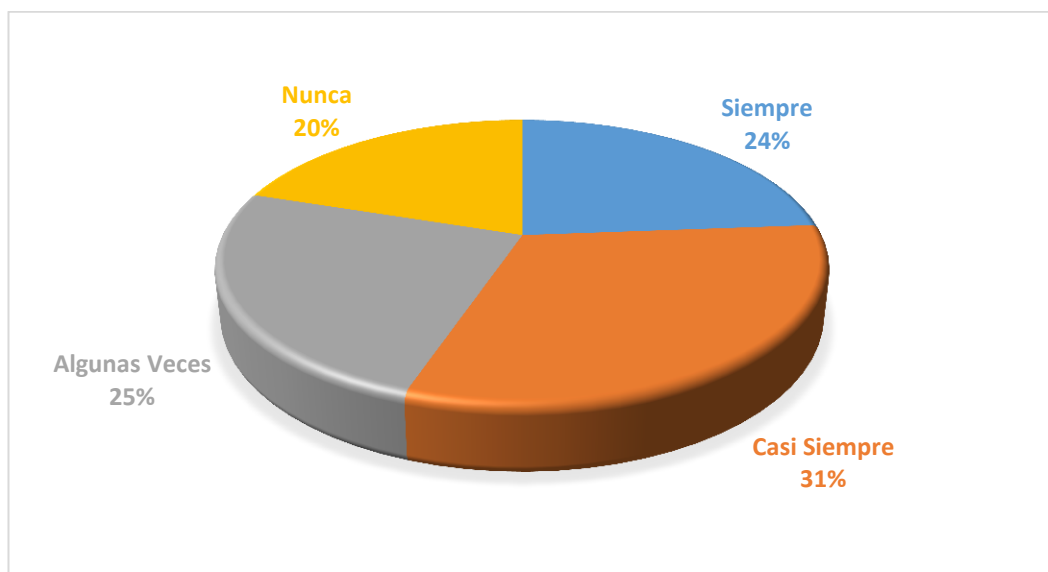
¿Le gustaría cambiar algo de su aspecto físico?

Cuadro N° 10 Cambios en el aspecto físico

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	25	24
Casi Siempre	33	31
Algunas Veces	26	25
Nunca	21	20
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 9 Cambios en el aspecto físico



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Los resultados indican que un gran porcentaje de jóvenes, desearía cambiar algo de su aspecto físico, lo que demuestra que al no aceptarse físicamente su autoestima es baja, por ello es importante desarrollar los talleres que se presentan en la guía para elevar su autoestima.

Pregunta N° 10

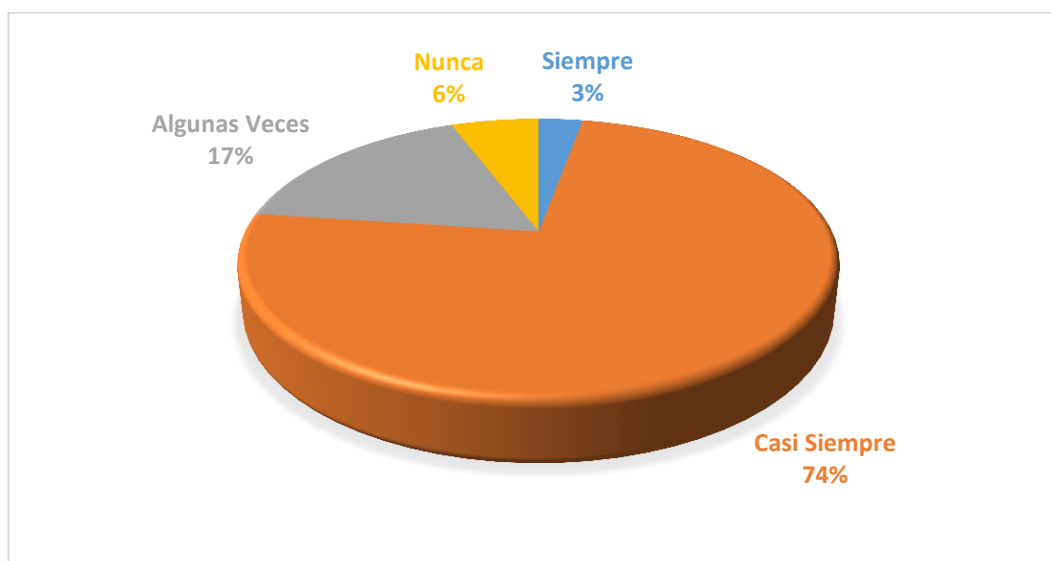
¿Cuándo estoy en mi entorno escolar me siento vulnerable hacia los demás?

Cuadro N° 11 Querirme y tener aceptación

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	3	3
Casi Siempre	78	74
Algunas Veces	18	17
Nunca	6	6
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 10 Querirme y tener aceptación



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Los resultados de evidencia que casi el total de estudiantes encuestados, se consideran vulnerables en su entorno escolar, por tanto ocasiona que los jóvenes tengan problemas al desenvolverse adecuadamente en sus actividades diarias.

Pregunta N°11

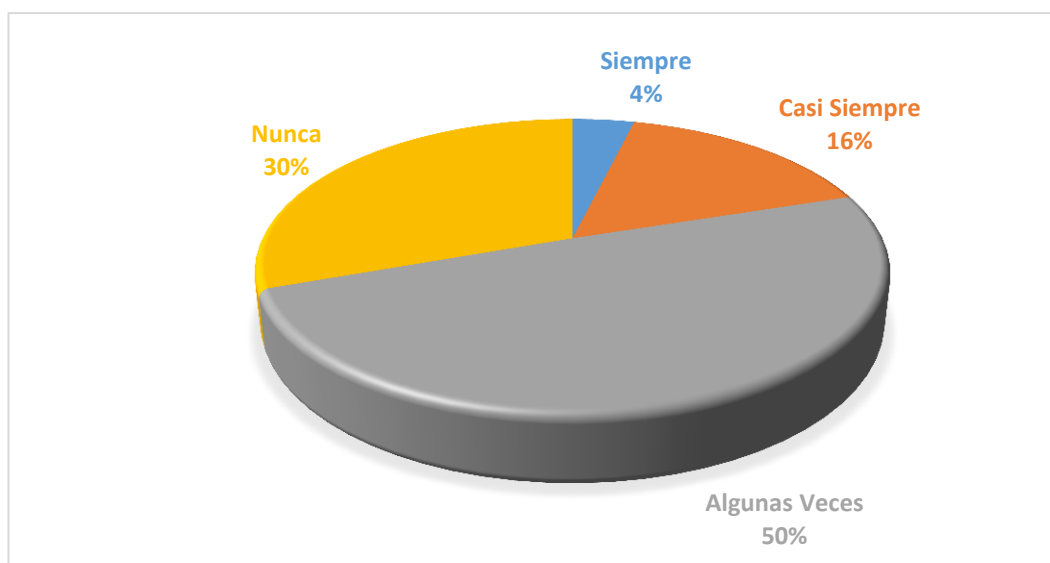
¿Usted acepta sus errores, los asume y cambia para mejorar?

Cuadro N° 12 Aceptación y mejoras

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	4	4
Casi Siempre	17	16
Algunas Veces	52	50
Nunca	32	30
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 11 Aceptación y mejoras



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Los estudiantes encuestados en su mayoría indican, que no aceptan sus errores, por tanto no lo asumen ni cambian lo que evidencia que el grupo investigado al no aceptar sus errores ni cambiarlos, presentan problemas de autoestima he ahí lo importante de poner en práctica técnicas y estrategias a través de la guía que eleven la autoestima.

Pregunta N° 12

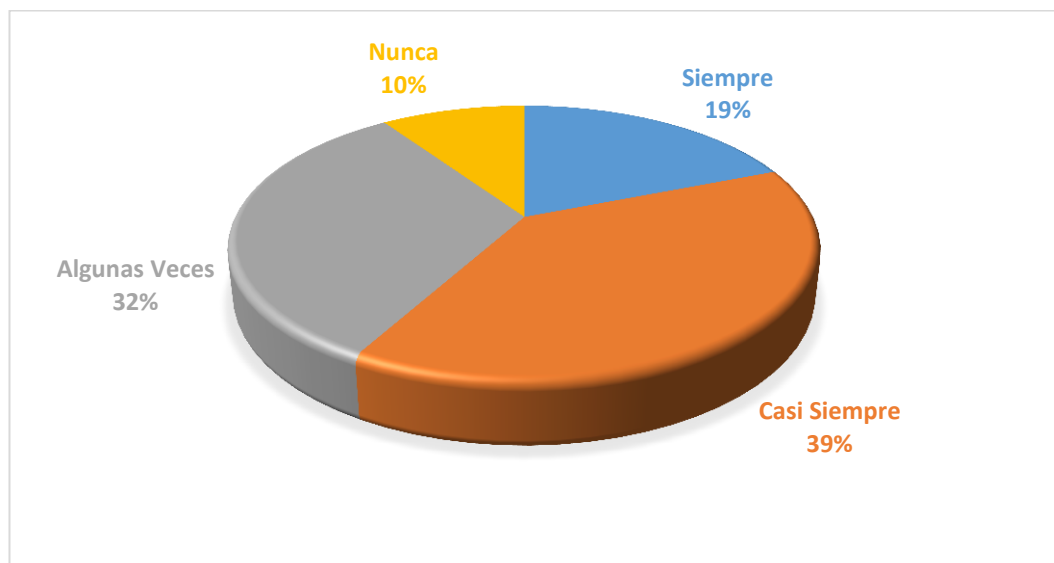
¿Cree usted que los conocimientos que le imparten en el aula son demasiado complejos?

Cuadro N° 13 Conocimientos complejos

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	20	19
Casi Siempre	41	39
Algunas Veces	34	32
Nunca	10	10
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 12 Conocimientos complejos



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Analizados los resultados los jóvenes indican, en un alto porcentaje que casi siempre los conocimientos impartidos son demasiado complejos, lo que podría generar mayor inseguridad y deterioro de su autoestima.

Pregunta N° 13

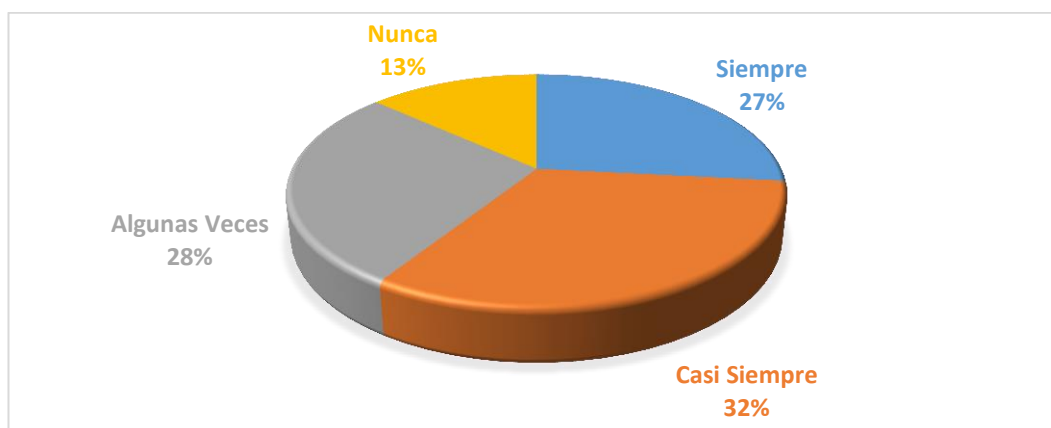
¿Cree usted que tiene una buena comunicación con sus maestros, hasta el punto que si no logra alcanzar los conocimientos en alguna asignatura ellos le brindan apoyo?

Cuadro N° 14 Comunicación con los maestros y su apoyo

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	28	27
Casi Siempre	34	32
Algunas Veces	29	28
Nunca	14	13
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 13 Comunicación con los maestros y su apoyo



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Cómo indican los resultados los jóvenes en un alto porcentaje manifiestan, tener una buena comunicación con sus maestros, pues ellos les brindan la apertura necesaria para alcanzar los aprendizajes, tomando en cuenta esta consideración el apoyo que brindan los docentes es una fortaleza que los estudiantes deberían aprovecharla para alcanzar sus objetivos.

Pregunta N° 14

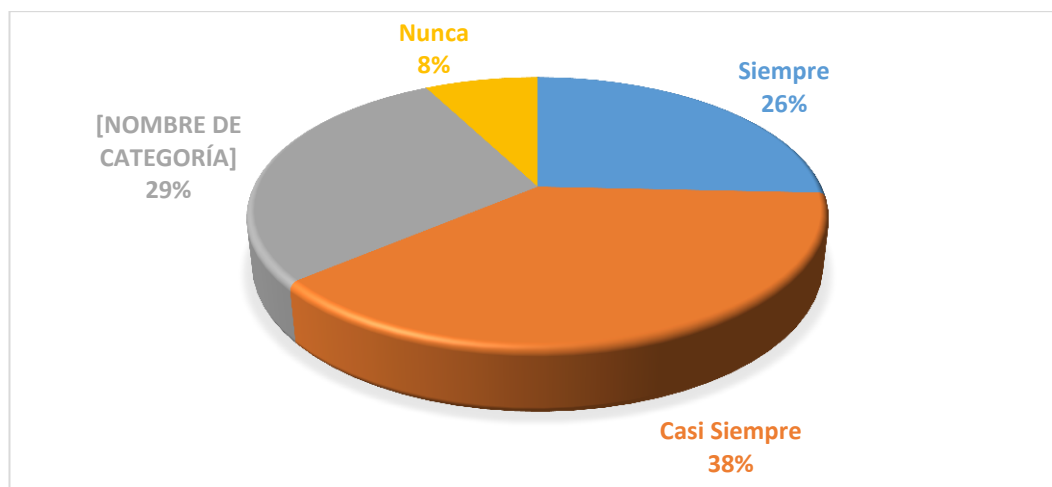
¿En su institución educativa es motivado permanentemente y el ambiente es el adecuado para obtener un mejor aprendizaje?

Cuadro N° 15 Motivación y ambientes adecuados

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	27	26
Casi Siempre	40	38
Algunas Veces	30	29
Nunca	8	8
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 14 Motivación y ambientes adecuados



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

En esta interrogante, resalta que la institución educativa si motiva permanentemente a los estudiantes y que el ambiente en el que se desenvuelven es el adecuado para aprender, a pesar de tener esta gran ventaja un número considerable de jóvenes no aprovechan de ello para elevar su nivel de aprendizaje.

Pregunta N° 15

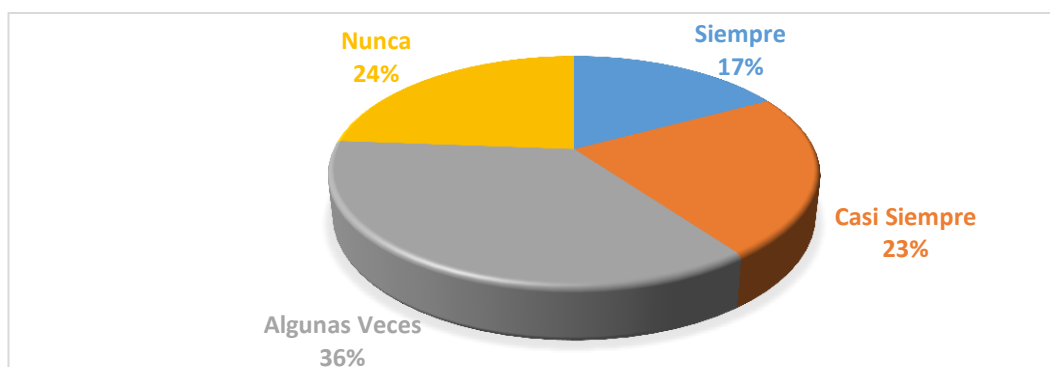
¿Si no logra aprender algo tiene la ayuda de sus compañeros y al trabajar en grupo se le hace fácil acoplarse a ellos?

Cuadro N° 16 Trabajo en equipo y adaptación al mismo

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	18	17
Casi Siempre	24	23
Algunas Veces	38	36
Nunca	25	24
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 15 Trabajo en equipo y adaptación al mismo



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Los estudiantes encuestados reflejan, que no tienen la ayuda de sus compañeros y el trabajo grupal se vuelve complejo, esta situación es muy común pues la individualidad prima sobre la cooperación, lo que conlleva a la falta de cooperación en las tareas grupales, por ello se hace necesario la conformación de espacios que permitan crear un vínculo entre los estudiantes, para así llegar a conformar un grupo sólido con objetivos claros.

Pregunta N° 16

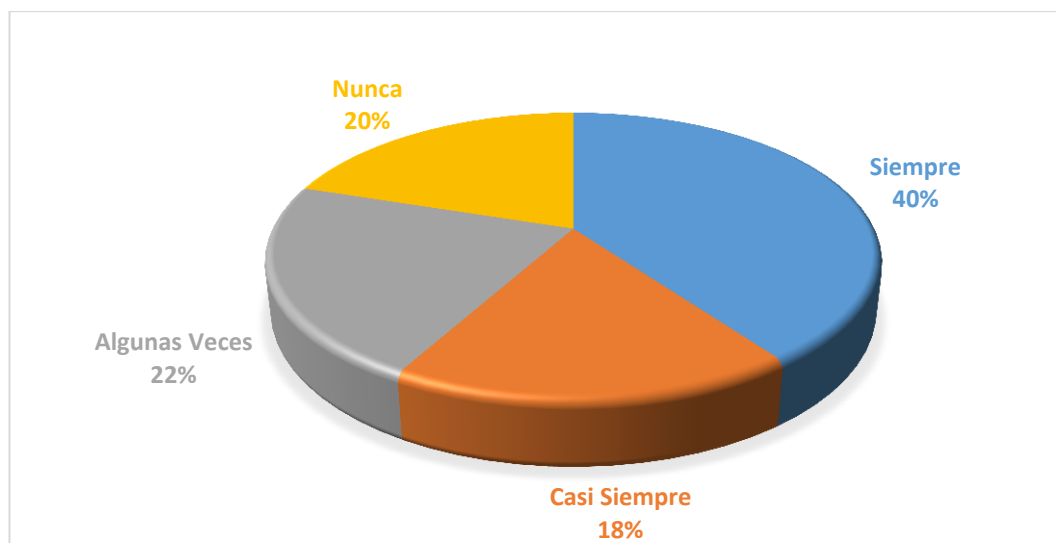
¿Usted cree que para aprender algo nuevo, los recursos que use su maestro es importante para aprender mejor?

Cuadro N° 17 Importancia del material didáctico

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	42	40
Casi Siempre	19	18
Algunas Veces	23	22
Nunca	21	20
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 16 Importancia del material didáctico



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

La mayoría de estudiantes, manifiestan con mucho énfasis que para aprender algo nuevo, es necesario que se utilicen en las herramientas didácticas adecuadas, para hacer que el aprendizaje sea significativo y con esto lograr que el estudiante aprenda a aprender.

Pregunta N° 17

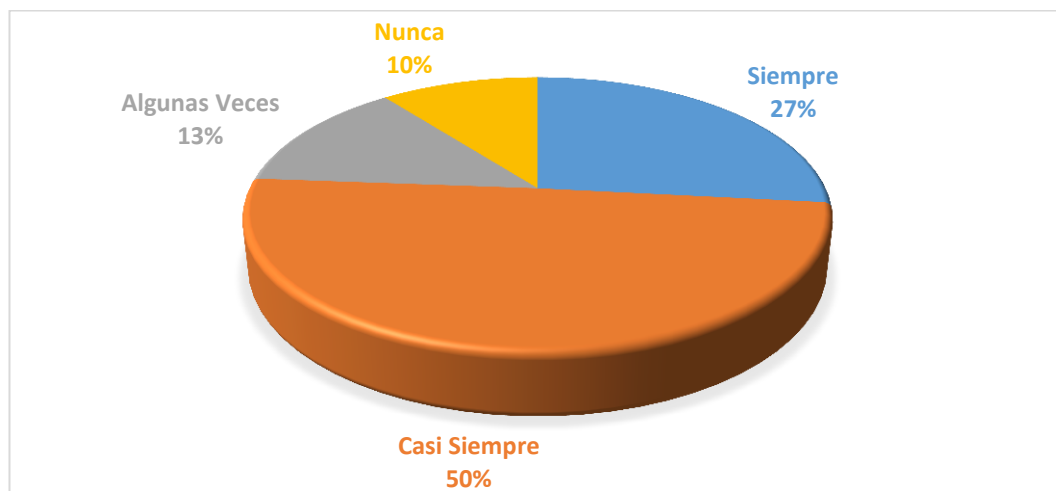
¿La mala utilización de su tiempo libre repercuten, en su rendimiento académico?

Cuadro N° 18 Uso del tiempo libre

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	28	27
Casi Siempre	52	50
Algunas Veces	14	13
Nunca	11	10
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 17 Uso del tiempo libre



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Una numerosa cantidad de jóvenes encuestados, indican en los resultados que reconocen que la mala utilización del tiempo libre, afecta de manera directa a su nivel de aprendizaje, por tanto, se debe direccionar a la adecuada utilización del tiempo libre, enfocándose en la tarea educativa.

Pregunta N° 18

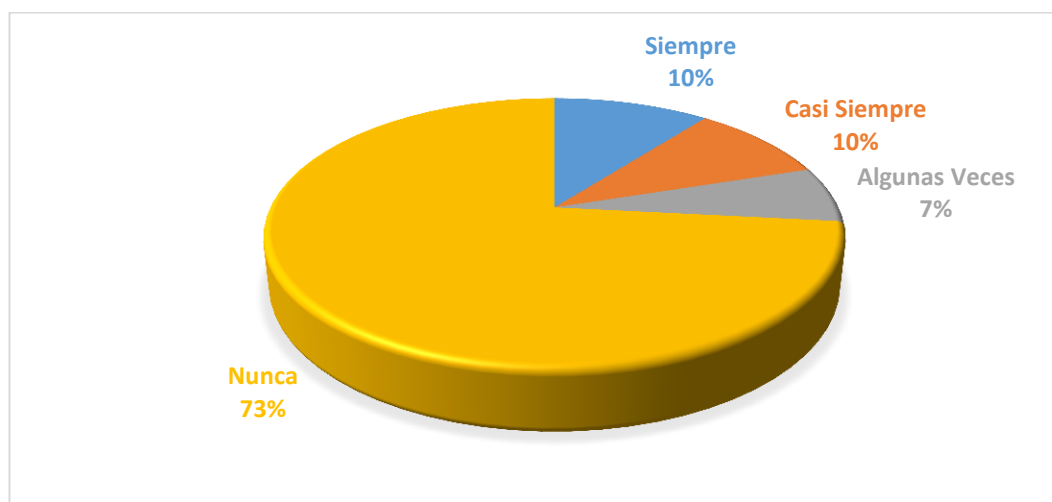
¿Hay una herramienta didáctica en la institución que permita fortalecer la autoestima en los estudiantes?

Cuadro N° 19 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	11	10
Casi Siempre	10	10
Algunas Veces	7	7
Nunca	77	73
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 18 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

La mayoría de los encuestados indican como resultado, que en la Unidad Educativa "San Francisco" no existe una herramienta didáctica, que permita fortalecer la autoestima de los jóvenes, por ende, se vio la necesidad de la elaboración de la guía didáctica, que permita encontrar los factores que ponen en riesgo la autoestima y dar solución a ellos.

Pregunta N° 19

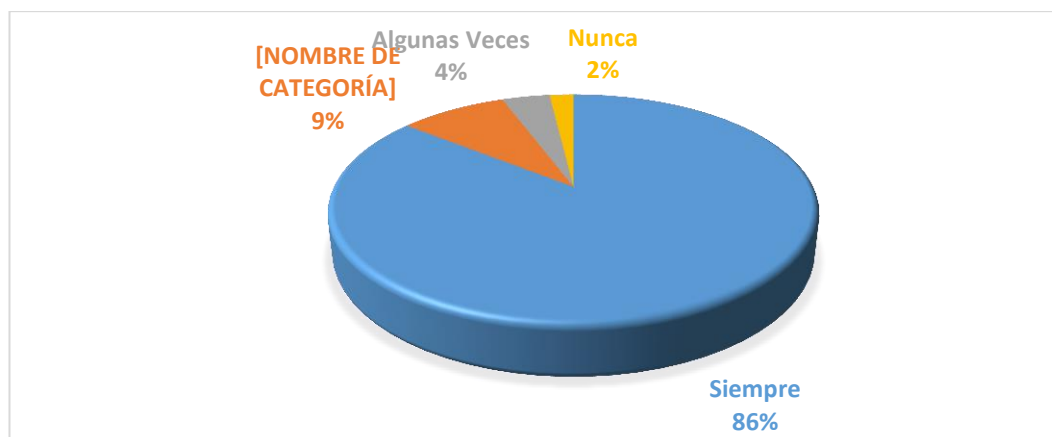
¿En el caso de proponer una guía didáctica sobre autoestima estaría usted dispuesto a utilizarla?

Cuadro N° 20 Aceptación de la guía didáctica

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	90	86
Casi Siempre	9	9
Algunas Veces	4	4
Nunca	2	2
TOTAL	105	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 19 Aceptación de la guía didáctica



Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e Interpretación

Casi la totalidad de los jóvenes encuestados indican que, si existiera en su institución una guía didáctica sobre la autoestima, ellos sin dudarlo la utilizarían, ya que gracias a esta herramienta se fortalecería su autoestima y por ende su rendimiento académico mejoraría, por ende, se vio la necesidad de presentar esta guía a la institución educativa logrando así que en la investigación sea factible.

4.2. Análisis de Resultados (docentes)

Pregunta N° 1

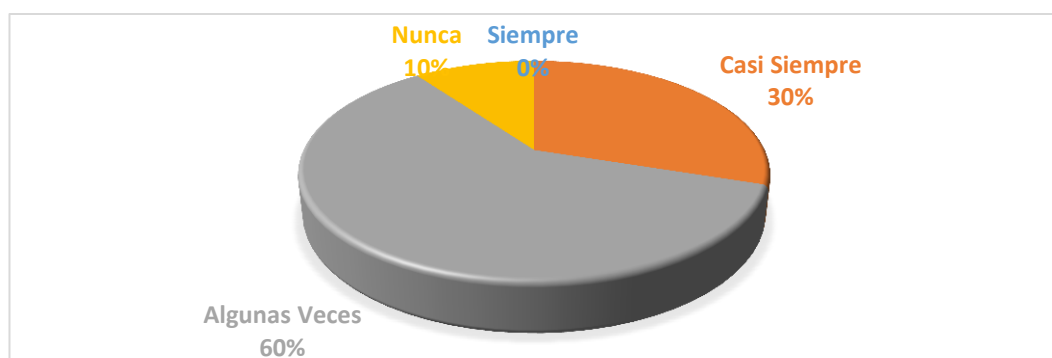
1. ¿Cree usted que el apoyo económico y afectivo que reciben sus estudiantes de sus padres y familiares es el adecuado para su estabilidad?

Cuadro N° 21 Apoyo económico de los padres hacia los estudiantes

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	3	30
Algunas Veces	6	60
Nunca	1	10
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 20 Apoyo económico de los padres hacia los estudiantes



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Las perspectivas de los docentes en un alto porcentaje indican, que los jóvenes no reciben el apoyo económico y afectivos necesario por parte de los miembros de su familia, afectando su estabilidad emocional esta observación realizada por los docentes nos permite reflexionar que el campo emocional de los adolescentes no está cubierto, en su totalidad y esto afecta en su autoestima y por ende afecta en su rendimiento académico.

Pregunta N° 2

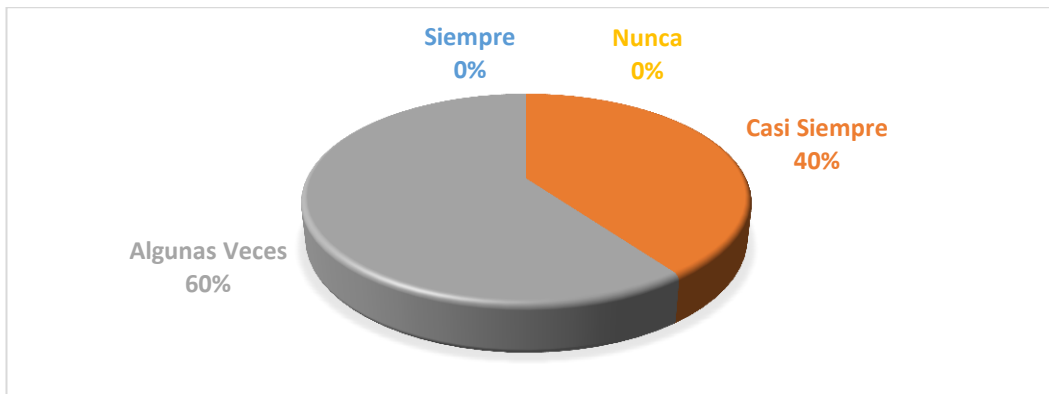
¿A su criterio sus estudiantes tienen una buena comunicación con los miembros de su familia y los padres escuchan a sus hijos cuando tienen algo que comunicar?

Cuadro N° 22 Comunicación de sus estudiantes con sus padres

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	4	40
Algunas Veces	6	60
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 21 Comunicación de sus estudiantes con sus padres



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Los docentes encuestados en su gran mayoría indican, que los adolescentes a su cargo no tienen una buena comunicación con los miembros de su familia, se hace necesario generar espacios de intercambio comunicacional entre padres e hijos a través de la utilización adecuada de las actividades de la guía didáctica.

Pregunta N° 3

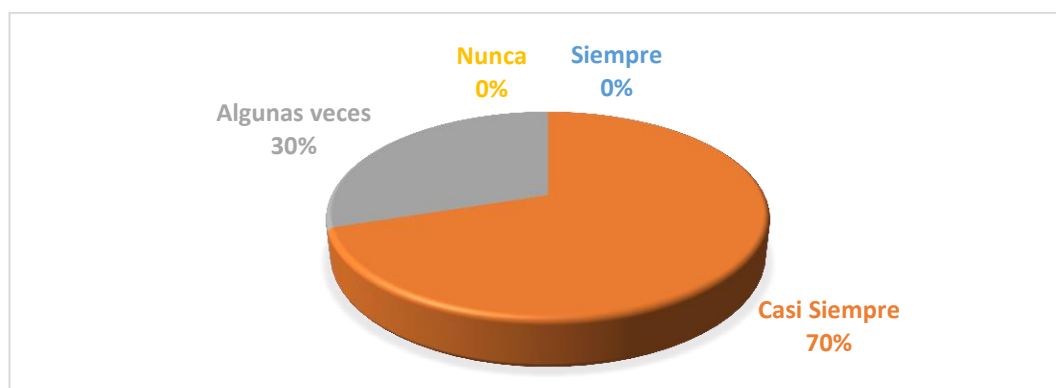
¿Cree usted que las familias de los estudiantes le brindan el apoyo en todas sus actividades y eso le hace sentirse al estudiante cómodo y alegre?

Cuadro N° 23 Apoyo de los padres hacia sus hijos

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	3	30
Algunas Veces	7	70
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 22 Apoyo de los padres hacia sus hijos



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

En un alto porcentaje los docentes indican, que los miembros de la familia de sus alumnos no les brindan el suficiente apoyo en sus actividades diarias, haciéndoles sentirse incómodos y muy poco alegre, por tanto, los docentes deben motivar a los padres de familia a brindar más apoyo a sus hijos para que se sientan más respaldados y esto se refleje en sus actividades diarias.

Pregunta N° 4

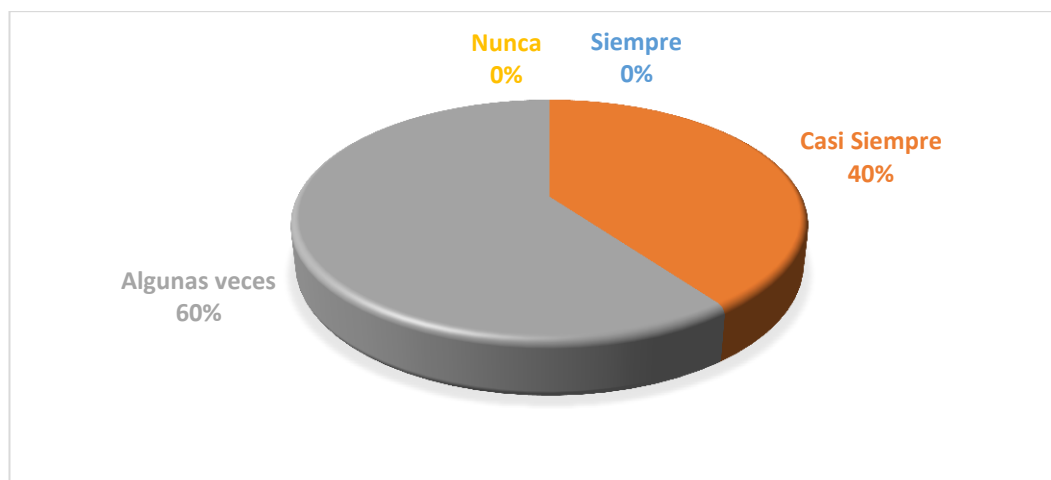
¿Siente usted que todos los jóvenes a su cargo son aceptados por su grupo de pares?

Cuadro N° 24 Aceptación de todos los miembros de su aula de clase

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	4	40
Algunas Veces	6	60
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 23 Aceptación de todos los miembros de su aula de clase



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Los docentes en esta interrogante de forma mayoritaria indican, que los jóvenes no son aceptados por su grupo de pares, esto nos afirma de la importancia de la utilización de la guía propuesta, para que exista mayor correlación entre los jóvenes en el ambiente intraescolar, generando así una mejor convivencia del grupo total.

Pregunta N° 5

¿Usted cree que los estudiantes siendo aceptados unos con otros, eso ayuda a mejorar su nivel de aprendizaje?

Cuadro N° 25 La aceptación ayuda al aprendizaje

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	5	50
Casi Siempre	4	40
Algunas Veces	1	10
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 24 La aceptación ayuda al aprendizaje



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

De forma mayoritaria los docentes, creen que, si el estudiante se aceptaría unos con otros, definitivamente mejoraría su nivel de aprendizaje, por tanto, es importante la utilización de estrategias de convivencia que permita fortalecer vínculos positivos entre ellos.

Pregunta N° 6

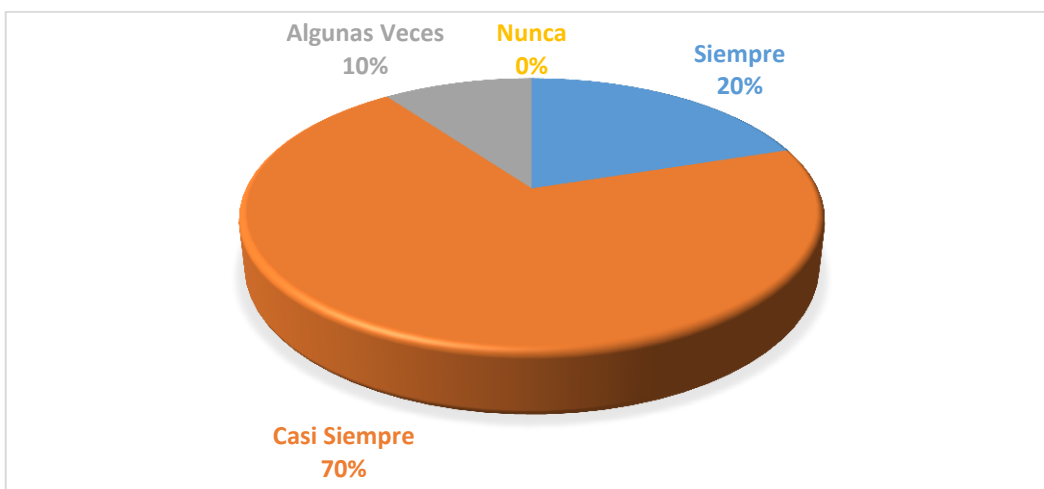
¿Cree usted que algunos estudiantes tienen dependencia académica de otros y de su maestro y eso le hace sentirse menos importante?

Cuadro N° 26 Dependencia y sus consecuencias

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	2	20
Casi Siempre	7	70
Algunas Veces	1	10
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 25 Dependencia y sus consecuencias



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Los docentes en su mayoría declaran, que gran porcentaje de sus estudiantes son dependientes académicos, y eso les hace sentirse menos importantes, es lo que provoca el inadecuado desenvolvimiento en el ámbito escolar, lo que trae consigo situaciones de bajo rendimiento académico y sentimientos de inferioridad.

Pregunta N° 7

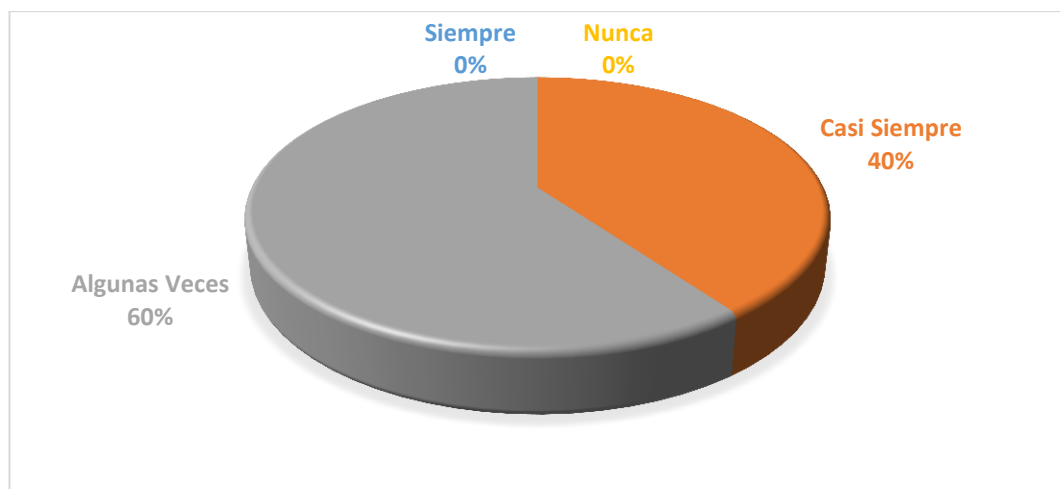
¿Piensa usted que sus estudiantes se aceptan con su aspecto físico y eso les hace sentirse aceptados?

Cuadro N° 27 Existe aceptación del aspecto físico en sus estudiantes

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	4	40
Algunas Veces	6	60
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 26 Existe aceptación del aspecto físico en sus estudiantes



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Gran porcentaje de los maestros manifiestan, que los jóvenes no se aceptan con su aspecto físico y eso provoca un autoconcepto distorsionado de ellos mismos y por tanto un deterioro en su autoestima, por ello la guía didáctica brinda los instrumentos necesarios para el fortalecimiento de la autoestima.

Pregunta N° 8

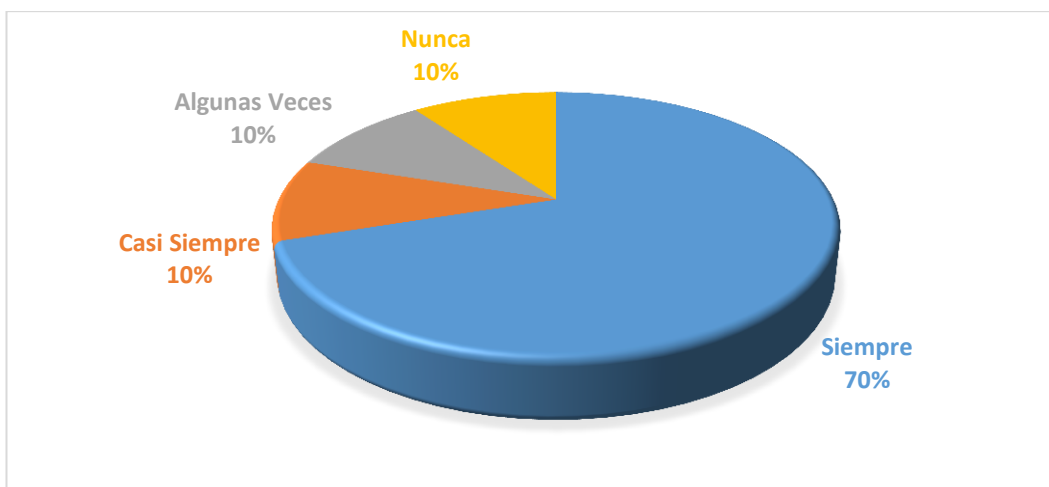
¿Cree usted que si un estudiante se siente mal consigo mismo eso afecta a su aprendizaje?

Cuadro N° 28 Autoestima y su influencia académica

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	7	70
Casi Siempre	1	10
Algunas Veces	1	10
Nunca	1	10
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 27 Autoimagen y su influencia



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Casi la totalidad de docentes interrogados declaran, que un alto porcentaje de sus estudiantes se sienten mal consigo mismo y eso afecta de manera directa a su aprendizaje, lo que nos indica que presenta una baja autoestima esto muestra la necesidad de trabajar en actividades que ayuden a los estudiantes, para que se aceptan tal y como son.

Pregunta N° 9

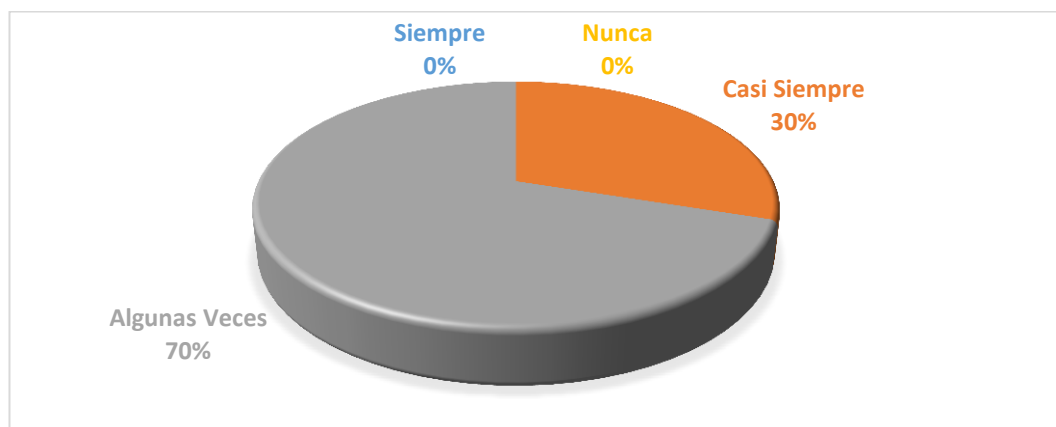
¿Sus estudiantes aceptan sus errores, los asumen y cambian para mejorar?

Cuadro N° 29 Existencia de cambios en los estudiantes para mejorar

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	3	30
Algunas Veces	7	70
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 28 Existencia de cambios en los estudiantes para mejorar



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

La perspectiva de los docentes en esta pregunta, declara en su mayoría que los adolescentes no aceptan sus errores, no los asumen y no cambian para mejorar, lo que evidencia una baja autoestima, por esta razón se hace necesaria la utilización de estrategias y talleres que conlleven a cambios de actitud, para alcanzar normas comunes de convivencia.

Pregunta N° 10

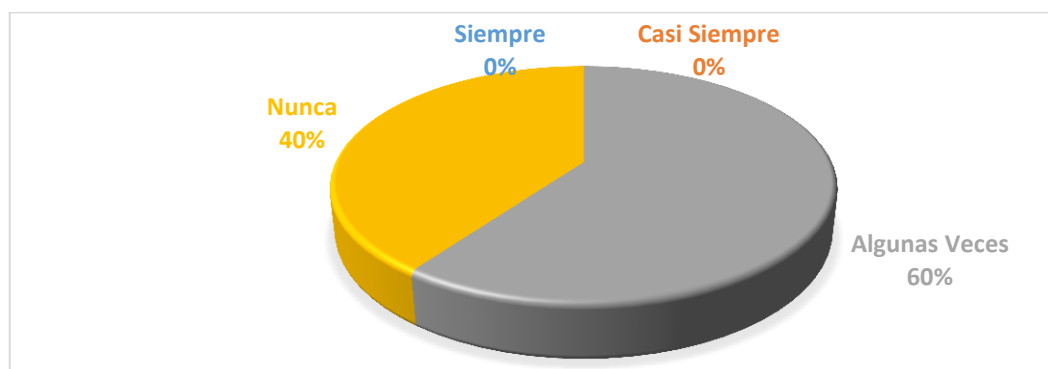
¿Piensa usted que los conocimientos que se imparten en el aula como parte de la programación curricular son demasiado complejos para sus estudiantes?

Cuadro N° 30 Aprendizajes complejos para los estudiantes

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	0	0
Algunas Vece	6	60
Nunca	4	40
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 29 Aprendizajes complejos para los estudiantes



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

De acuerdo a los resultados más de la mitad de los docentes consideran, que los conocimientos que se imparten en el aula no son complejos, y que los casos de jóvenes con bajo rendimiento no obedece a la complejidad de los temas impartidos, sino más bien a otras circunstancias, por ello es necesario determinar los factores que inciden en el bajo rendimiento escolar y tratarlos para mejorar.

Pregunta N° 11

¿Cree usted que tiene una buena comunicación con sus estudiantes, hasta el punto que, si alguno no alcanza los conocimientos, usted le brinda su apoyo?

Cuadro N° 31 Comunicación y apoyo hacia sus estudiantes

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	4	40
Casi Siempre	6	60
Algunas Veces	0	0
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 30 Comunicación y apoyo hacia sus estudiantes



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

De forma mayoritaria los docentes manifiestan, tener una buena comunicación con sus estudiantes y que si alguno de ellos necesita de tu ayuda para alcanzar los conocimientos, ellos están dispuestos a colaborar. Esta acción de los docentes debe ser considerada como una fortaleza para aprovechar de ella y aprender mejor.

Pregunta N° 12

¿Cree usted que la institución educativa motiva permanentemente y el ambiente es el adecuado para que los estudiantes alcancen un mejor aprendizaje?

Cuadro N° 32 Motivación y ambientes adecuados

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	6	60
Casi Siempre	3	30
Algunas Veces	1	10
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 31 Motivación y ambientes adecuados



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

La Gráfica muestra que la mayoría de los docentes manifiestan, que el ambiente de trabajo que brinda la institución es óptimo para aprender y que permanentemente se preocupa por motivar a los jóvenes a ser mejores, lo que cabe indicar que la institución no es del impedimento para adquirir conocimientos, que más bien los conflictos emocionales son los que acarrea problemas de aprendizaje y que al aplicar la guía generaría mejores resultados en el proceso enseñanza aprendizaje.

Pregunta N° 13

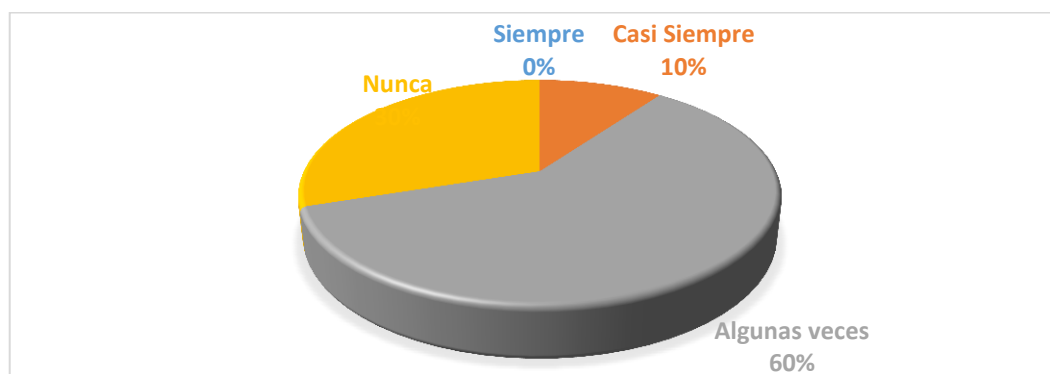
¿Sus estudiantes al trabajar en el aula se ayudan para aprender y se les hace fácil trabajar en grupo?

Cuadro N° 33 Trabajo cooperativo y grupal

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	1	10
Algunas Veces	6	60
Nunca	3	30
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 32 Trabajo cooperativo y grupal



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

En los resultados se puede constatar que la mayoría de docentes piensan, que los jóvenes en el aula no se ayudan mutuamente y que la mayoría de veces el trabajo grupal es complejo, con lo que concluyen que la individualidad prima y el egoísmo se hace evidente por ello se hace imprescindible la apertura de espacios que permitan el trabajo cooperativo, para crear vínculos entre los estudiantes para así lograr tener un grupo sólido con objetivos comunes.

Pregunta N° 14

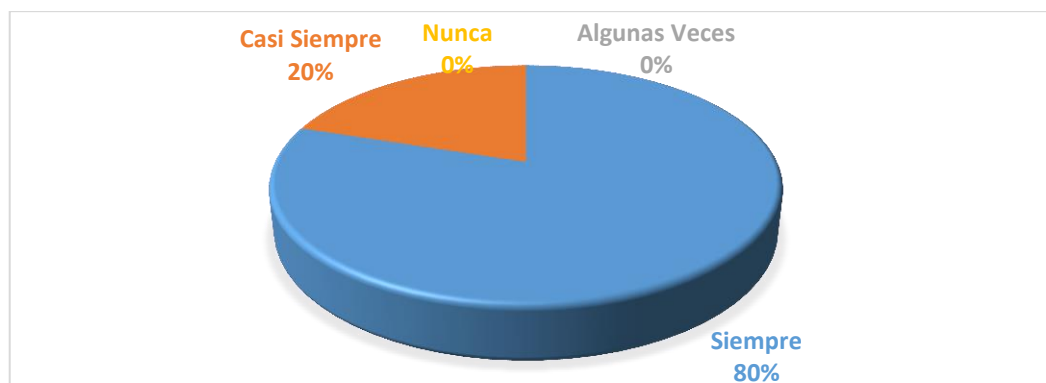
¿Usted cree que el material didáctico que usa en el aula es importante para enseñar algo nuevo?

Cuadro N° 34 Importancia del material didáctico en el aula

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	8	80
Casi Siempre	2	20
Algunas Veces	0	0
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 33 Importancia del material didáctico en el aula



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Luego de la tabulación de los datos obtenidos todos los docentes encuestados consideran, que el material didáctico que utilizan en el aula es de mucha importancia para aprender, lo que evidencia que el docente está consciente que para alcanzar los conocimientos se debe utilizar las correctas estrategias del material didáctico adecuado, para con ellos llegar a captar la atención total de los estudiantes y que los aprendizajes sean significativos

Pregunta N° 15

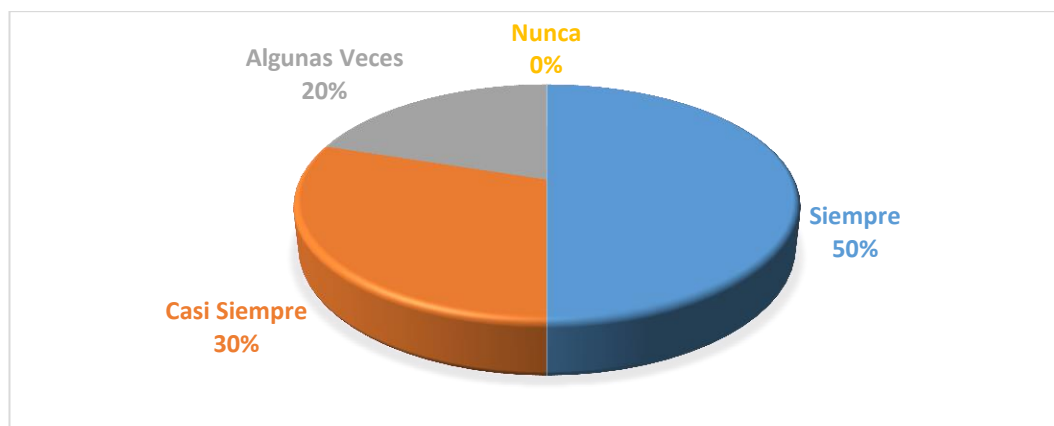
¿Cree usted que la mala utilización del tiempo libre de sus estudiantes, repercute en su rendimiento escolar?

Cuadro N° 35 El mal uso de las redes sociales en los estudiantes

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	5	50
Casi Siempre	3	30
Algunas Veces	2	20
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 34 El mal uso del tiempo libre.



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

Una cantidad muy representativa de docentes, indican que la mala utilización del tiempo libre de sus estudiantes definitivamente repercute en su aprendizaje, por tanto, se debe generar estrategias que permitan que el adolescente dirija su tiempo libre a actividades de índole educativo y con eso enfocar su libertad en actividades que ayuden a su mejor rendimiento académico.

Pregunta N° 16

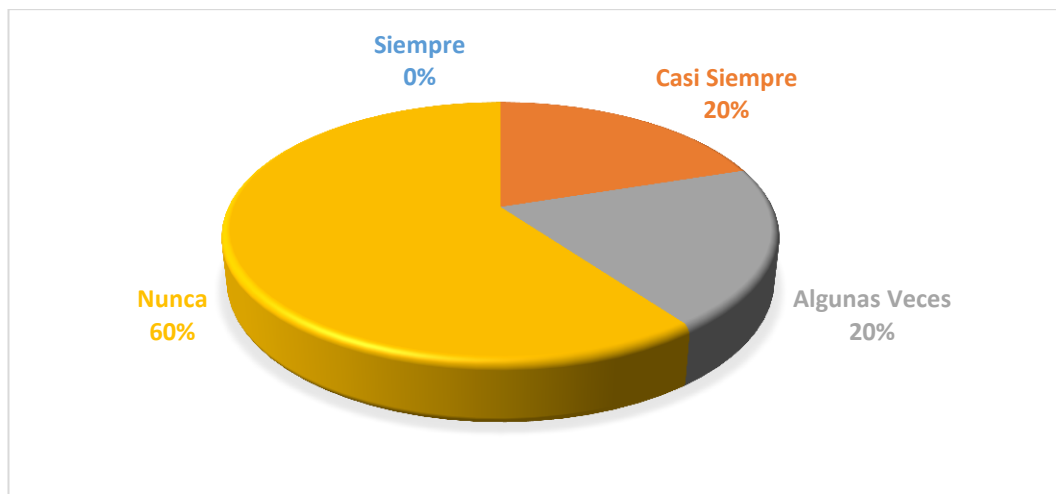
¿Hay una herramienta didáctica en la institución que permita fortalecer la autoestima en los estudiantes?

Cuadro N° 36 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	0	0
Casi Siempre	2	20
Algunas Veces	2	20
Nunca	6	60
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 35 Existe de una herramienta didáctica para la autoestima



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

El gráfico muestra que la mayoría de docentes, dicen que no existe una herramienta didáctica institucional que permita fortalecer la autoestima de los jóvenes, por lo tanto, muestran la necesidad de la utilización de la guía didáctica que propone la investigación, con la finalidad de identificar los factores que generen baja autoestima y dar solución a ellos.

Pregunta N° 17

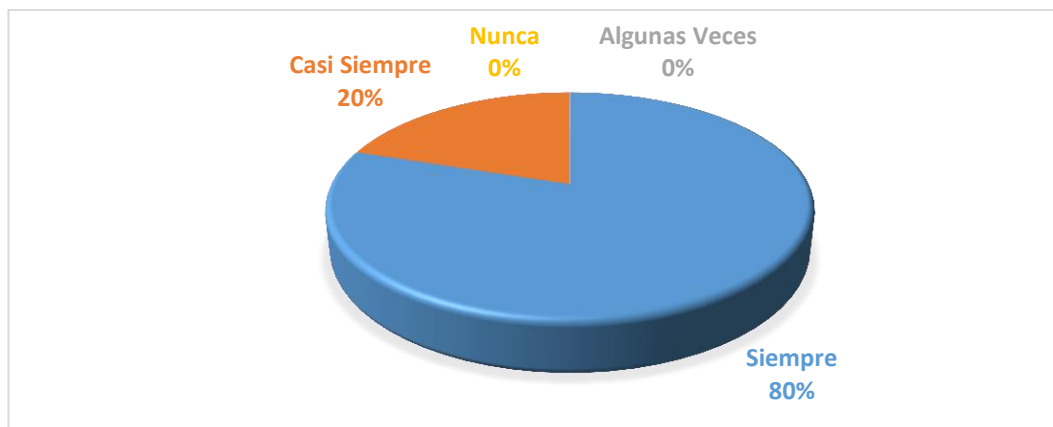
¿En el caso de proporcionarle una guía didáctica sobre autoestima estaría usted dispuesto a usarla?

Cuadro N° 37 Uso de la guía didáctica en la institución

Descripción	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	8	80
Casi Siempre	2	20
Algunas Veces	0	0
Nunca	0	0
TOTAL	10	100

Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Gráfico N° 36 Uso de la guía didáctica en la institución



Fuente: Encuesta a docentes de la Unidad Educativa "San Francisco".
Investigadora: Carolina Miño

Análisis e interpretación

En los resultados se puede constatar que la mayoría de docentes, consideran que de existir o proporcionarles una guía didáctica sobre la autoestima estarían todos dispuestos a utilizarla, pues la mayoría de jóvenes tienen conflictos emocionales, que mediante actividades y estrategias planteadas en la guía mejorarían su autoestima y por tanto en nivel académico se elevaría.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Con respecto al análisis e interpretación de los resultados de las encuestas dirigidas tanto a los estudiantes como a los docentes de la institución motivo de investigación, se puede concluir lo siguiente:

- Analizados los resultados de la metodología aplicada con respecto a las técnicas de evaluación a través del instrumento de la encuesta, se puede inferir que los factores que influyeron en la baja autoestima son: los conflictos familiares, la carencia de habilidades sociales que impiden un relacionamiento satisfactorio con los pares, una autoimagen distorsionada, falta de comunicación y la falta de afecto; que además incidieron de manera directa con el bajo rendimiento académico de los estudiantes de la Unidad Educativa “San Francisco”.
- A través de la información recopilada teórico / científica, con respecto a las necesidades que presentan los educandos, considerando que se encuentran en la etapa de adolescencia, se abordó la problemática y se propuso la solución, reflejada en la guía didáctica para mejorar la convivencia armónica y favorable de la comunidad educativa.
- La Comunidad Educativa “San Francisco” recibió la guía didáctica, “COMO MEJORAR LA AUTOESTIMA PARA ELEVAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO” que en primera instancia proveerá el mejoramiento del marco de convivencia institucional, y a su vez, pretenderá consolidar espacios que eleven y fortalezcan la autoestima

de los jóvenes que la conforman, elementos que de ser acogidos y empleados, permitirán el progreso del rendimiento escolar.

- Con el empleo de la guía establecida en la presente investigación, se logró socializar a través de la sensibilización de mecanismos de acción, dirigidos, tanto a docentes como a educandos, a través de charlas y actividades, que a más de motivar e integrar a los estudiantes, también se creó conciencia en cada uno de ellos sobre la importancia de la autoestima en esta etapa de crisis generacional que atraviesan (adolescencia).

5.2. Recomendaciones

- Es necesario, que los maestros y el DECE, que conforman la institución educativa, propicien un ambiente cálido e interactivo, mismo que permita el acompañamiento oportuno en la problemática de los adolescente y a su vez acceder a el acercamiento para que de esta manera se busque que todos los adolescentes conozcan y participen de las actividades escolares, asumiendo responsabilidades y tomando protagonismo de su propia vida.
- Incentivar por parte de las autoridades y miembros del DECE a los estudiantes, docentes y padres de familia a asumir roles y responsabilidades correspondientes, encontrando momentos de fortalecimiento humanístico que permitan cambios de actitud que eleven la autoestima y el rendimiento académico.
- Sería oportuno que la guía didáctica recibida "COMO MEJORAR LA AUTOESTIMA PARA ELEVAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO", sea utilizada en la planificación cotidiana del docente, a fin de que cuente con una herramienta que complemente el área cognoscitiva,

entendiendo que la autoestima, es un constructo determinante en el proceder del ser humano, no siendo la excepción el ámbito escolar

- Es necesario que el DECE y los docentes utilicen la guía en mención, como herramienta permanente, a través de charlas, talleres y actividades de motivación e integración, direccionadas a mejorar la convivencia estudiantil y sensibilizar sobre la importancia de la autoestima, dichos instrumentos a emplear, deberán ser direccionados no solo a los adolescentes, sino también a los adultos corresponsables de su desarrollo (progenitores).

5.3. Respuestas a las interrogantes de la investigación

- ¿Un diagnóstico coherente sobre la problemática de investigación permitirá detectar factores de la baja autoestima que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de décimos años de educación general básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco”?

El diagnóstico coherente del problema permitió detectar los factores de la baja autoestima entre los que se encuentran: los conflictos familiares, la carencia de habilidades sociales, una autoimagen distorsionada, falta comunicación y la carencia de apoyo afectivo que inciden en el rendimiento académico de décimos años de educación general básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco”

- ¿La selección adecuada de la información Teórica / Científica permitirá la fácil comprensión de la problemática, para observar y direccionar de manera clara nuestra investigación?

La conformación del marco teórico facilitó la detección, de manera concreta y clara, de los factores que afectan la autoestima y como estos

influyen en su bajo rendimiento académico; de esta manera encontrar soluciones adecuadas que permitan mejorar la condición de su convivencia y aprendizaje.

- ¿Detectada la problemática la guía didáctica y la selección adecuada de estrategias permitirá consolidar espacios que permitan elevar la autoestima y una adecuada convivencia en la comunidad educativa?

La guía didáctica entregada “COMO MEJORAR LA AUTOESTIMA PARA ELEVAR EL RENDIMIENTO ACADEMICO” se constituyó en una herramienta adecuada para dar solución al problema planteado y elevar la autoestima y mejorar el rendimiento académico permitiendo una adecuada convivencia de la comunidad educativa.

- ¿La socialización de la guía didáctica permitirá a los actores institucionales el empoderamiento de la misma, para dar respuesta a la problemática de la autoestima y su relación con el bajo rendimiento académico?

La socialización de la guía didáctica a todos los actores institucionales reflejo la aceptación de la misma, y con ello dar respuesta a la problemática; realizando talleres y charlas que permitan fortalecer la autoestima y evitar el bajo rendimiento académico.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

Título de la propuesta

“COMO MEJORAR LA AUTOESTIMA PARA ELEVAR EL RENDIMIENTO ACADEMICO”.

6.1. Justificación e importancia

Los estudiantes que tienen su autoestima elevada serán capaces de involucrarse sin dificultad en un contexto social, serán independientes y responsables en el desempeño y aprendizaje de las tareas encomendadas ahora que vivimos en un mundo globalizado y que requiere de seres emprendedores con iniciativa, seguros de sí mismos y competitivos.

El estudio o análisis de problemas de autoestima en los estudiantes, es de mucha importancia pues involucra a la familia dentro del contexto escolar y social,

Los padres son los primeros formadores que tienen la responsabilidad de amarlos, respetarlos y valorarlos, y así contribuir con la formación escolar, aprovechando las oportunidades brindadas por los docentes para mejorar su aprendizaje, pero de manera especial para su formación personal y social.

El desarrollo de la guía didáctica ayudo a muchas personas que tienen el mismo problema a pesar de las experiencias, las edades no han podido vencer los temores que limitan sus potencialidades.

Es por eso que, si se quiere jóvenes capaces de vivir juntos, relacionarse adecuadamente, capaces de simpatizar con los demás, que ayuden a otros, que valoren positivamente a los demás, de escuchar, de compartir, de cooperar y resolver conflictos entre ellos, así como hacer frente a las presiones grupales; debemos pensar cómo mejorar la situación de tal manera que favorezca de una forma sistemática y eficaz.

Porque entonces será más fácil avanzar hacia una sociedad de personas capaces de relacionarse positivamente con los demás, de comunicar sus deseos y sentimientos, así como hacer frente constructivamente a las dificultades de la vida

En base a las anteriores consideraciones, se ha tomado la decisión de desarrollar una guía didáctica que permita mejorar la autoestima como mecanismo para elevar el rendimiento académico de los estudiantes de décimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa “San Francisco”.

6.2. Fundamentación

El propósito de esta investigación es dar a conocer como incide la autoestima en el rendimiento escolar de los estudiantes de décimos años de la Unidad Educativa “San Francisco”.

El estudiante aprende que, enfrentar problemas de su entorno y más aún si los tiene en su hogar, trae problemas psicológicos que se reflejan en su cambio de conducta y esto en su rendimiento académico.

Pero la problemática es más fácil de llevar si los estudiantes, docentes y padres de familia cuentan con una ayuda profesional o una guía didáctica que proporcione lineamientos básicos sobre el desarrollo de una adecuada autoestima.

Es por ello que, la importancia de esta investigación radica en brindar los lineamientos necesarios para ayudar a los docentes que no cuentan con una orientación profesional necesaria, puedan brindar a los estudiantes un ambiente apto que beneficie sus estudios, ya que en ella se dan a conocer ¿de qué manera afecta la baja autoestima?; por otro lado, también da a conocer una propuesta pedagógica en la cual se plantean todos los pasos para lograr que los estudiantes reciban una atención especial, y como consecuencia, la formación de estudiantes capaces de tomar sus propias decisiones y valorarse como personas.

6.3. Objetivos

6.3.1. Objetivo General

- Mejorar la autoestima mediante la utilización de la guía didáctica como mecanismo para elevar el rendimiento académico en los estudiantes de Décimos años de la Unidad Educativa “San Francisco”

6.3.2. Objetivos Específicos

- Motivar el interés en los miembros de la comunidad Educativa “San Francisco” sobre la importancia de la temática de la autoestima y su incidencia en el rendimiento académico.
- Aplicar las técnicas psicopedagógicas planteadas en la guía didáctica para una adecuada intervención del desarrollo de la autoestima.
- Evaluar el alcance de los objetivos de cada unidad, con su respectiva evaluación y compromisos consigo mismo y con los demás.

6.4. Ubicación sectorial y Física

Fue difundido a los estudiantes, docentes y padres de familia de la Unidad Educativa “San Francisco”, ubicado en la ciudad de Ibarra.

6.5. Desarrollo de la propuesta

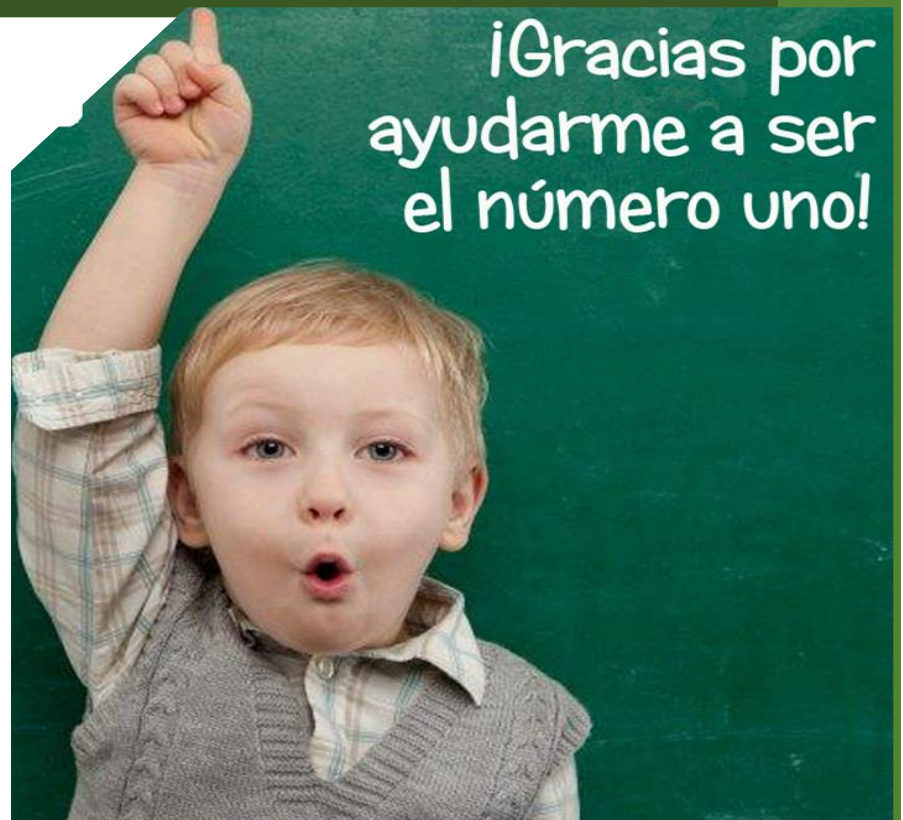
Contenido

- UNIDAD 1: Bienvenidos al maravilloso mundo de la autoestima.
- UNIDAD 2: ¡Aprendiendo a aprender!
- UNIDAD 3: ¡Así como me siento, es como aprendo!
- UNIDAD 4: ¡Quiérete a ti mismo!



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

¿CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA PARA ELEVAR EL RENDIMIENTO ESCOLAR?



**FACULTAD DE EDUCACIÓN,
CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

Autora: Miño Jaramillo Carolina
Monserrath

Director: Dr. Echeverría Gabriel

2016 - 2017

UNIDAD 1

BIENVENIDOS AL MARAVILLOSO MUNDO DE LA AUTOESTIMA

La autoestima en el desarrollo del estudiante

Objetivo:

Mejorar las relaciones interpersonales entre los miembros de la comunidad educativa del Unidad Educativa “San Francisco” desarrollando talleres y actividades para elevar la autoestima.



Fuente: (Novytsky, 2016)

Dirigido a:

Estudiantes, Docentes y Padres de Familia de la Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra.

Justificación:

La autoestima se la identifica como un aspecto de enorme relevancia en la vida de la persona, por cuanto contribuye a que su existencia sea más satisfactoria.



La estima propia es una necesidad humana, configurada por factores tanto internos como externos, un proceso dinámico y multidimensional que se construye y reconstruye a lo largo del ciclo vital. En el ámbito concreto de la educación, se considera que facilitar el logro de una estima positiva debe ser el propósito más alto del proceso educativo. Es importante analizar la influencia de las distorsiones cognitivas y de personas significativas en la construcción de la autoestima con los resultados educativos.



Fuente: (Velez, 2014)

Se justifica su realización por cuanto va a permitir evidenciar los problemas que pueden acarrear una baja autoestima dentro de la comunidad educativa porque ha existido la preocupación, pero no el interés en buscar solucionar el problema tema que debería ser analizado por las autoridades del plantel, maestros y padres de familia.

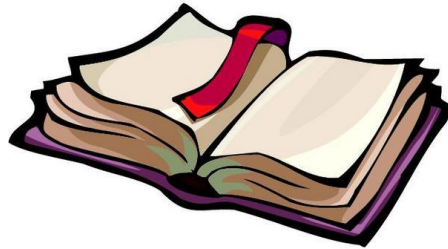


Fuente: (CotaSant, 2015)



Contenidos:

1. Definiciones Generales
2. Importancia de la autoestima en la vida de las personas
3. Características de personas con baja autoestima
Características de personas con alta autoestima



DESARROLLO

1. Definiciones Generales

La autoestima. –



Fuente: (Callao, 2015)

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



El mantenimiento de una buena autoestima es imprescindible en cualquier psicoterapia, ya que suele constituirse como un síntoma recurrente en distintos problemas conductuales. Por eso, hay psicólogos que definen a la autoestima como la función del organismo que permite la autoprotección y el desarrollo personal, ya que las debilidades en la autoestima afectan la salud, las relaciones sociales y la productividad.

2. Importancia de la autoestima en la vida de las personas



Fuente: (Dra. Fernández, 2016)



Con la autoestima, las personas pueden llegar a considerarse valiosas, inteligentes y con muchas cosas que aportar, pero también puede tener el efecto contrario, las personas pueden llegar a sentir que no son necesarias e incluso pensar que no son amadas mostrándose como realmente son.

La autoestima funciona en la vida diaria como un filtro de lo que sucede en las personas, como si fuera unas gafas de sol que llevan siempre puestas. Si la autoestima es baja o negativa entonces esas gafas son negras y todo lo que sucede será ese color.



3. Características de personas con baja y alta autoestima



Fuente: (Luna, 11)

Cuando una persona tiene problemas de autoestima, baja o alta autoestima, esto 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.

Las personas que presentan autoestima alta son aquellas que pueden sentirse aptos para desarrollar una vida plena, es decir capaces, valiosos, con aptitudes positivas y sentirse aceptadas como persona.





Personas con baja autoestima	Personas con alta autoestima
<ul style="list-style-type: none"> • Tienen una mayor tendencia a la depresión y a sufrir ante las adversidades. • Tienen miedo de expresar sus gustos u opiniones. Prefieren quedarse callados antes que opinar ya que consideran que “no tienen derecho” o que los demás consideraran que no lo tienen. • Estas personas son vulnerables y suelen tomarse a mal, cualquier crítica o queja hacia su persona, debido a que siempre tienen miedo sobre si serán o no aceptados por los demás. • Las personas con baja 	<ul style="list-style-type: none"> • Saben qué cosas pueden hacer bien y qué pueden mejorar. • Se sienten bien consigo mismas. • Expresan su opinión ante los demás. • No temen hablar con otras personas, se identifican y expresan sus emociones. • Participan en las actividades que se desarrollan en su entorno, centro de estudio, de trabajo... • Les gustan los retos y no les temen. • Se valen por sí mismas ante las situaciones que se les presentan, implica dar y pedir apoyo. <p>Se interesan por los otros con</p>



<p>autoestima tienen mayor dificultad para relacionarse con los demás.</p> <ul style="list-style-type: none"> • No son capaces de arriesgarse por miedo al fracaso. • Sienten una gran necesidad de ser aceptados por los demás ya que no se aceptan a sí mismas. • Por el miedo a quedarse solas, estas personas permiten que otras las pisoteen y las maltraten. • Les cuesta expresar sus sentimientos. Suelen creer que siempre los demás son superiores a ellas • Suelen excusarse y justificarse por todo. Siempre tienen miedo de estar molestando o quitándoles tiempo a los demás. 	<p>sentido de ayuda y están dispuestos a colaborar con las demás personas, sin críticas negativas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas, se implican en ello. • Luchan por alcanzar lo que quieren. • Disfrutan de las cosas divertidas de la vida, tanto de la propia como de la de los demás. • Son organizadas y ordenadas en sus actividades. • Preguntan cuándo no saben algo, no tienen miedo a preguntar. • Defienden su posición ante los demás, de forma asertiva. • Reconocen sus errores cuando se equivocan. • Son líderes naturales
--	---



MOTIVACIÓN

DESARROLLO: ¡El Abrazo!



Todo el grupo se pone de pie, el animador da la orden que cada integrante dé un abrazo corto, al hacer esto cada uno de los dos dirá un halago, cumplido, adulación o piropo, al otro y así por cada uno de los participantes y se culmina con un aplauso en general.

ACTIVIDAD N°1

SUPER ESTRELLAS



Objetivo:

Enfatizar los rasgos positivos de cada adolescente, para que cada uno reconozca sus características especiales mediante una fotografía y la interacción con el aula.

Recursos:

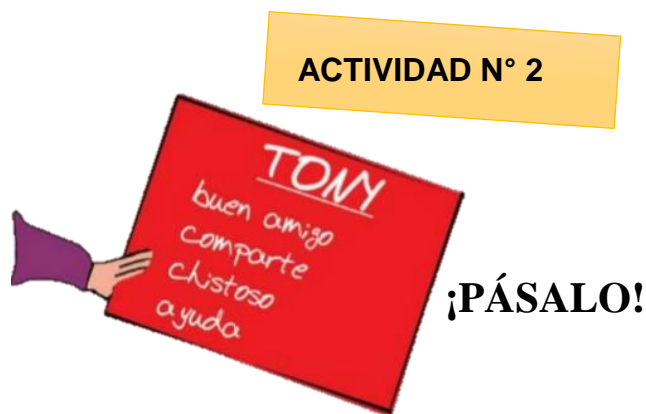
Una hoja de cartulina para cada estudiante del color con el que se sientan identificados, tijeras, colores, crayones, goma, molde de una estrella, una pizarra, un aula de clases.

Duración: 60 minutos.



Procedimiento de la actividad:

- Cada estudiante debe hacer una estrella con la cartulina.
- Hablar con los adolescentes sobre las características únicas y especiales que poseen, para que identifiquen en lo que son buenos, que actividad disfrutan más hacer.
- Pedirles que coloquen su fotografía en el centro de la estrella y que escriban sus gustos y cualidades especiales en las puntas de la estrella.
- Animarles a que compartan sus estrellas con sus compañeros y después pegar sus estrellas en una pizarra.



Objetivo:

Incrementar de manera positiva el pensar de cada estudiante sobre sí mismo, que se sientan aceptados y apreciados a través de los comentarios positivos por parte de sus compañeros de clase.

Recursos:

Papel para cada estudiante, esfero o lápiz, sobres de carta.

Duración: 45 minutos.



Procedimiento de la actividad:

- Cada estudiante escribe su nombre al principio de una hoja de papel.
- El animador recoge todas las hojas y las vuelve a entregar y pedirles que escriban un comentario positivo sobre el estudiante que esta al comienzo de la hoja.
- Continuar pasando las hojas por el aula de clases, si se da el caso de que el estudiante reciba su propio papel, tiene que escribir algo que les guste de sí mismos.
- Recoger los papeles y colocarlos en un sobre individual con sus nombres por fuera.
- Estos sobres serán entregados al estudiante respectivo.
- Dar un momento a cada estudiante para que reflexione sobre cómo se sienten cuando leen lo que sus amigos han escrito sobre ellos.

EVALUACIÓN

Tabulación

FICHA TÉCNICA

- **Nombre de la prueba:** TEST DE AUTOESTIMA – 25
- **Autor:** César Ruiz Alva / Psicólogo Educacional
- **Adaptación y Edic. Revisada:** César Ruiz Alva, Lima, -2003- Baterías del CEP Champagnat, Surco, Lima. Perú.
- **Administración:** Colectiva e individual.
- **Duración:** Variable (promedio 15 minutos)





Entregar hoja de respuesta a cada estudiante y que escriba sus datos personales. La forma de llenar la hoja es escogiendo una respuesta, SI o NO, y marcando con una (X). El resultado dependerá de la honestidad que brinde el

estudiante:

PRUEBA DE AUTOESTIMA

(César Ruiz, UCV, 2003)

Nombre _____ Apellidos _____ Edad _____

Instrucción:

Lea atentamente y marque con una X en la columna (Si/No) según corresponda) Sea sincero.

PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO	SI	NO
1. Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de como ahora soy		
2. Me resulta muy difícil hablar frente a un grupo.		
3. Hay muchas cosas dentro de mí que cambiaría si pudiera hacerlo		
4. Tomar decisiones es algo fácil para mí.		
5. Considero que soy una persona alegre y feliz.		
6. En mi casa me molesto a cada rato.		
7. Me resulta DIFÍCIL acostumbrarme a algo nuevo		
8. Soy una persona popular entre la gente de mi edad		
9. Mi familia me exige mucho/espera demasiado de mí.		
10. En mi casa se respeta bastante mis sentimientos		
11. Con mucha facilidad hago lo que mis amigos me mandan hacer.		
12. Muchas veces me tengo rabia / cólera a mí mismo		
13. Pienso que mi vida es muy triste.		
14. Los demás hacen caso y consideran mis ideas.		
15. Tengo muy mala opinión de mí mismo		
16. Han habido muchas ocasiones en las que he deseado irme de mi casa.		
17. Con frecuencia me siento cansado de todo lo que hago.		
18. Pienso que soy una persona fea comparado con otros.		
19. Si tengo algo que decir a otros, voy sin temor y se lo digo.		
20. Pienso que en mi hogar me comprenden		
21. Siento que le caigo muy mal a las demás personas.		
22. En mi casa me fastidian demasiado		
23. Cuando intento hacer algo, MUY PRONTO me desanimo		
24. Siento que tengo MAS problemas que otras personas.		
25. Creo que tengo más DEFECTOS que CUALIDADES		

PUNTAJE:

NIVEL:

Fuente: (Dávila, 2013)



Interpretación de resultados



Según la anterior planilla, el animador otorga 1 punto si la respuesta del estudiante coincide con la clave establecida, en caso de que no coincida: 0 puntos.

El puntaje total se compara con la siguiente tabla:

PUNTOS	NIVEL DE AUTOESTIMA
22 – 25	Alta Autoestima
17 – 21	Tendencia a Alta Autoestima
16	Autoestima en riesgo
12 – 15	Tendencia a Baja Autoestima
11 o menos	Baja Autoestima



Después de haber analizado la UNIDAD 1, mis compromisos son:

Mis compromisos conmigo mismo:

.....

.....

.....

.....

.....



Mis compromisos con los demás:

.....

.....

.....

.....

.....

Después de haber analizado la UNIDAD 1, las conclusiones son:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



UNIDAD 2

¡APRENDIENDO A APRENDER!



Fuente: (Ríos, 2014)

Objetivo

Conocer la importancia que tiene el rendimiento académico y el aprendizaje como proceso de estructuración del pensamiento el cual contribuye a aumentar el nivel de autoestima.

Dirigido a:

Estudiantes del Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra.

Justificación:

El desarrollo del presente taller se fundamenta en el hecho de que se debe instrumentar una metodología que ayude al alumno a tomar decisiones autónomas y responsables (actitudes indispensables de una vida saludable), es decir, un aprendizaje



responsable que vaya de mano con contribuir a un elevado nivel de autoestima.



El hogar y la escuela deben convertirse en espacios agradables donde el alumno se sienta bien, estimulándolo a reflexionar y actuar. Por otro lado, la familia, docentes y directivos tienen la tarea de crear estos

espacios para conducir con ternura y amor la actividad del alumno.

El triángulo mamá – papá – yo, es determinante durante la infancia para una autoestima alta en etapas posteriores, de aquí la importancia de educar la familia.

Contenidos:

1. Rendimiento Académico: aspectos básicos
2. El proceso de aprendizaje
3. Factores fundamentales para aprender

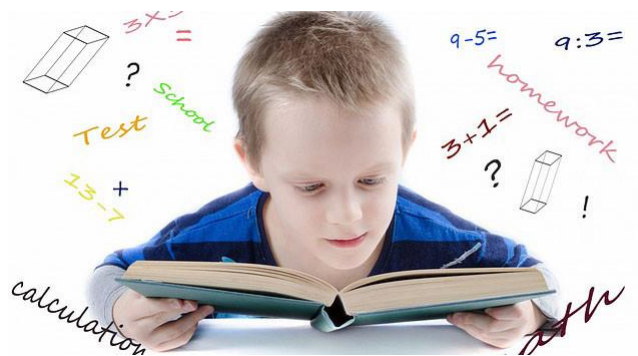
1. Rendimiento Académico: Aspectos Básicos



Fuente: (lenmdp, 2016)

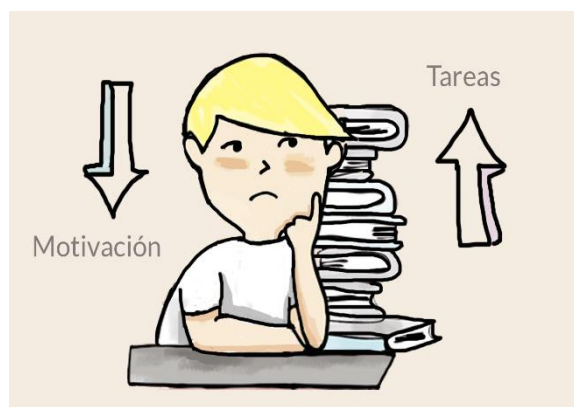


El rendimiento académico hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, secundario o universitario, es decir, es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo y su capacidad para responder a los estímulos educativos. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de una cursada.



Existen distintos factores que inciden en el rendimiento académico. Desde la dificultad propia de algunas asignaturas, hasta la gran cantidad de exámenes que pueden coincidir en una fecha, pasando por la amplia extensión de ciertos programas educativos.

Otras cuestiones están directamente relacionadas al factor psicológico, como la poca motivación, el desinterés o las distracciones en clase, que dificultan la comprensión de los conocimientos



impartidos por el docente y termina afectando al rendimiento académico a la hora de las evaluaciones. En todos los casos, los especialistas recomiendan la adopción de hábitos de estudio



saludables (por ejemplo, no estudiar muchas horas seguidas en la noche previa al examen, sino repartir el tiempo dedicado al estudio) para mejorar el rendimiento escolar.

2. Proceso de aprendizaje



Fuente: (Ramón, 2012)

El proceso de aprendizaje es una actividad individual que se desarrolla en un contexto social y cultural. Es el resultado de procesos cognitivos individuales mediante los cuales se asimilan e interiorizan nuevas informaciones (hechos, conceptos, procedimientos, valores), se construyen nuevas representaciones mentales significativas y funcionales (conocimientos), que luego se pueden aplicar en situaciones diferentes a los contextos donde se aprendieron.

Aprender no solamente consiste en memorizar información, es necesario también otras operaciones cognitivas que implican: conocer, comprender, aplicar, analizar, sintetizar y valorar.

El aprendizaje, siendo una modificación de comportamiento coartado por las experiencias, conlleva un cambio en la estructura física del cerebro. Estas experiencias se relacionan con la memoria, moldeando el cerebro creando así variabilidad entre los individuos.



3. Factores fundamentales para aprender

Para aprender necesitamos de cuatro factores fundamentales: inteligencia, conocimientos previos, experiencia y motivación.



La **inteligencia** y los **conocimientos previos**, al mismo tiempo se relacionan con la experiencia.

Con respecto a la inteligencia, decimos que, para poder aprender el individuo debe estar en condiciones de hacerlo, es decir,

tiene que disponer de las capacidades cognitivas para construir los nuevos conocimientos.

La **experiencia** es el saber aprender, ya que el aprendizaje requiere determinadas técnicas básicas tales como: técnicas de comprensión (vocabulario), conceptuales (organizar, seleccionar, etc.), repetitivas (recitar, copiar, etc.) y exploratorias.



·HOY VOY A·
➤ CONSEGUIR ◀
·TODO LO QUE
ME PROPONGA·

A pesar de que todos los factores son importantes, debemos señalar que sin **motivación** cualquier acción que realicemos no será



completamente satisfactoria, por lo cual, resulta fundamental que el estudiante tenga el deseo de aprender. Aunque la motivación se encuentra limitada por la personalidad y fuerza de voluntad de cada persona.

- **Tipos de aprendizaje**



Los tipos de aprendizaje más comunes citados por la literatura de pedagogía:

Aprendizaje receptivo: en este tipo de aprendizaje el sujeto sólo necesita comprender el contenido para poder reproducirlo, pero no descubre nada.

Aprendizaje por descubrimiento: el sujeto no recibe los contenidos de forma pasiva; descubre los conceptos y sus relaciones y los reordena para adaptarlos a su esquema cognitivo.



Aprendizaje significativo: es el aprendizaje en el cual el sujeto relaciona sus conocimientos previos con los nuevos dotándolos así de coherencia respecto a sus estructuras cognitivas.

Aprendizaje observacional: tipo de aprendizaje que se da al observar el comportamiento de otra persona, llamada modelo.

Aprendizaje latente: aprendizaje en el que se adquiere un nuevo comportamiento, pero no se demuestra hasta que se ofrece algún incentivo para manifestarlo.

MOTIVACIÓN

DESARROLLO: ¡El Nudo!

El animador separa a una persona del grupo y esta no debe ver lo que sucede con los demás integrantes. Luego todos los miembros forman un círculo tomados de las manos visualizando el trabajo



en equipo y se enredan lo más que puedan, pero sin soltarse. La persona que fue apartada, entonces regresará y tratará de desatar el nudo que se creó con los demás integrantes. Si lo deshace, gana y puede darse un premio, pero si no lo deshace, pierde y se le puede poner una penitencia.



ACTIVIDAD N° 1

POEMAS DEL NOMBRE

Divertida y alegre soy, eso lo dice el mundo
Unida al amor y a la amistad
Libertad, en eso siempre estoy pensando
Cuando tengo una inconformidad
Expreso y comunico sin dudar

Objetivo:

Centra a cada estudiante en sus características especiales, favoreciendo el desarrollo de sus habilidades de expresión escrita con un poema de nombres; esta actividad permite emitir criterios relacionados con la autoestima y su incidencia en el aprendizaje.

Recursos: Papel, esfero o lápiz.

Duración: 60 minutos.

Procedimiento de la actividad:

- Pedir a los estudiantes que escriban su nombre en forma vertical y que hagan lo mismo con su apellido.
- El animador pedirá que piensen en una palabra que los describa o algo que les gustaría ser por cada letra de su nombre y apellido.
- Cada estudiante deberá leer su poema empezando con su nombre y terminando con su apellido.



ACTIVIDAD N° 2



¡REVISANDO CON EL FÚTBOL!

Objetivo:

Evaluar los conocimientos adquiridos en clases por los estudiantes mediante el entretenimiento con un “simple” juego de fútbol.

Recursos: Una cancha de fútbol o un lugar amplio.

Duración: 90 minutos.

Procedimiento de la actividad:

- Se comienza jugando como un partido de fútbol normal.
- Las únicas reglas son que cada vez que el estudiante debe cobrar ya sea un saque lateral, un gol, una falta... El animador deberá hacer una pregunta sobre temas que se hayan desarrollado en el aula de clases.
- Si el estudiante responde incorrectamente, perderá la oportunidad del saque y será cobrado por el equipo contrario.
- De esta forma el estudiante mantiene siempre los conocimientos de una forma más dinámica y con el apoyo de su equipo.



EVALUACIÓN

Tabulación

El estudiante a evaluar debe escribir una X en la casilla que crea correspondiente.

Indicadores	Siempre 3 PUNTOS	Casi siempre 2 PUNTOS	Nunca 1 PUNTO
Mientras realizo una evaluación pienso que lo estoy haciendo bien.			
Me gusta aprender cosas nuevas.			
Cuando estoy en clases, me interesa lo que mis profesores imparten e investigo más del tema.			
Me distraigo fácilmente en clases.			
Siento miedo de obtener una baja calificación o un mal desempeño.			

Me siento ansioso/a antes de realizar un examen.			
Me preparo bien antes de realizar una prueba.			
Al ver el examen cuestiono si mis conocimientos son suficientes para contestarlo adecuadamente.			
Me concentro fácilmente al momento de realizar una prueba.			
Considero que rindo mejor cuando trabajo en equipo.			
Creo que mi mal rendimiento académico se debe a mi falta de capacidades.			



Interpretación de resultados

- Más de 18 PUNTOS = EXELENTE.
- Más de 10 PUNTOS = ACEPTABLE.
- Menos de 10 PUNTOS = NECESITA LA AYUDA PERTINENTE DE LA ENTIDAD CORRESPONDIENTE.



Después de haber analizado la UNIDAD 2, mis compromisos son:

Mis compromisos conmigo mismo:

.....

.....

.....

.....

.....

Mis compromisos con los demás:

.....

.....

.....

.....

.....

Después de haber analizado la UNIDAD 2, las conclusiones son:

.....

.....

.....

.....

.....



UNIDAD 3

¡ASÍ COMO ME SIENTO, ES COMO APRENDO!



Fuente: (La Autoestima Escolar, 2015)

Objetivo:

Socializar acerca de la incidencia que tiene la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes.

Dirigido a:

Estudiantes, Docentes y Padres de Familia de la Unidad Educativa "San Francisco" de la ciudad de Ibarra.

Justificación:

Se justifica el desarrollo de esta unidad tomando en cuenta la incidencia que existe entre alumnos con autoestima baja y su rendimiento académico.

Es importante conocer que la autoestima es un sentimiento valorativo del ser, de quién es, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran una personalidad.



Esta se aprende, cambia y se puede mejorar. Está relacionada con el desarrollo integral de la personalidad en los niveles: ideológico, psicológico, social y económico.



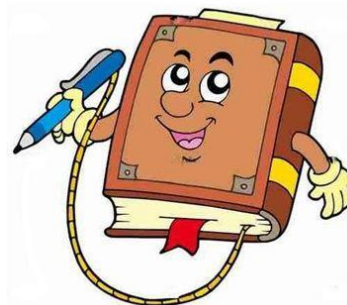
La autoestima es inherente a todos los seres humanos, es un producto social que se desarrolla en la interacción hombre-mundo, en el proceso de la actividad y la experiencia social y canaliza la actividad del cuerpo y la mente de todas las personas.

Su carácter social y desarrollador, es de extraordinaria significación para la educación de niños, adolescentes, jóvenes y adultos. La autoestima es de naturaleza dinámica, multi-dimensional y multi-causal, es decir, diversidad de influencias que la forman en interacción continua.

La formación del profesorado es de gran interés para este nuevo tipo de fenómeno, de ahí la justificación de la puesta en marcha de este proyecto, basado en la prevención y corrección para evitar problemas de aprendizaje.

Contenidos:

1. Autoestima en el adolescente
2. Dimensiones de la autoestima
3. Autoestima en el estudiante



Autoestima en el adolescente



La autoestima en el adolescente suele disminuir por los cambios físicos de su cuerpo, el paso de primaria a secundaria y a veces, el traslado de centro escolar, y comienza a tomar importancia el no ser correspondido por amigos o por el grupo al que pertenece.

Dos cosas en particular influyen en la autoestima que el estudiante posea:

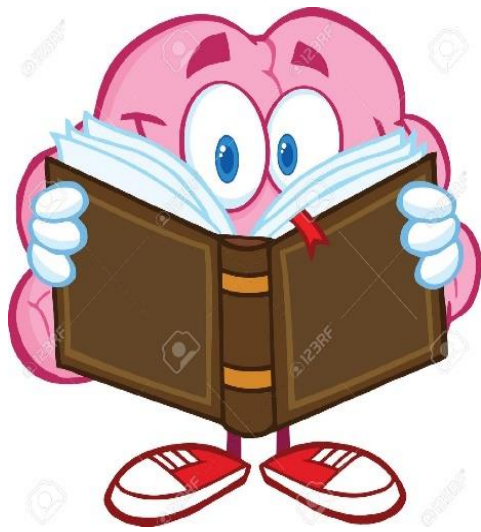
- ¿Cómo es visto y tratado por los demás?
- ¿Cómo el estudiante se percibe a sí mismo?

En la formación de la persona desde inicios tempranos es fácil que los adolescentes que están aún formando valores y creencias, construyan su imagen a partir de lo que dicen las personas de su entorno.

Pero las críticas no siempre vienen de otros, también pueden venir de sí mismos que actúan como "crítico interior" siendo incapaces de apreciar las grandes cualidades que porta una persona. Si esta crítica es negativa puede afectar a su autoestima tanto como si viniera de fuera, por el contrario, si el estudiante se ve con las cualidades que admira, probablemente tendrá una autoestima alta.



Importancia de la autoestima



Puntos importantes para el desarrollo de la autoestima en el adolescente es, primeramente: la auto aceptación para valorar las cualidades únicas, el auto respeto para hacer valer sus necesidades y, por último, el respeto hacia los demás que permite aceptar las diferencias de una persona a otra.

Una correcta formación personal, brinda un gran aporte en la formación su cerebro. La inteligencia es fruto del trabajo del cerebro y puede crecer si se lo ejercita; con empeño y ganas en todas las actividades que se realice el rendimiento escolar también se verá favorecido.



Indicadores

Indicadores de alta autoestima en el adolescente	Indicadores de baja autoestima en el adolescente
<ul style="list-style-type: none">• Ganas de aprender y de probar algo nuevo.• Optimismo con respecto al futuro.• Planteamiento de objetivos y metas a cumplir.• Seguridad y responsabilidad de sus actos.• Conocimiento de los puntos	<ul style="list-style-type: none">• Rechazo de actividades de estudio, deportivas o sociales por miedo al fracaso.• Falta de compromiso.• Engaño, mentiras, falta de aceptación de culpa propia.• Conductas regresivas (hacerse el pequeño).• Falta de confianza en sí



<p>fuerzas y débiles, y aceptar las críticas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autocríticos. • Aceptación de los errores para enfrentar fracasos y problemas. • Confianza en uno mismo y en la propia capacidad para influir sobre los hechos. • Estabilidad emocional. • Facilidad para la comunicación y hacer amistades. • Interés y preocupación en las necesidades de los demás y sentido de cooperación. 	<p>mismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actitud insegura. • Falta de confianza, respeto y de valoración de los demás. • Timidez excesiva. • Agresividad, violencia, actitud desafiante o conductas no sociales. • Necesidad continua de llamar la atención y de aprobación. • Falta de disciplina
--	--

2. Dimensiones de la autoestima



Si bien existe una valoración global acerca de sí mismo, que puede traducirse en una percepción de ser querible, valioso y estar contento de ser como es o, por el contrario, en un sentimiento de ser poco valioso, no querible, un sentimiento negativo y de no aceptación respecto de uno mismo, existen otras dimensiones o áreas específicas de la autoestima.

2.1 Dimensión Física

Se refiere en ambos sexos, al hecho de sentirse atractivo físicamente. En el caso de los niños, el sentirse fuerte y capaz de defenderse; y en las niñas, el sentirse armoniosa y coordinada.

2.2 Dimensión Social

Incluye el sentimiento de sentirse aceptado o rechazado por los iguales y el sentimiento de pertenencia, es decir, el sentirse parte de un grupo.

También se relaciona con el hecho de sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales; por ejemplo, ser capaz de tomar la iniciativa, ser capaz de relacionarse con personas del sexo opuesto y solucionar conflictos interpersonales con facilidad.



Dimensión Afectiva

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

- Simpático o antipático
- Estable o inestable
- Valiente o temeroso



- Tranquilo o inquieto
- De buen o mal carácter
- Generoso o tacaño
- Equilibrado o desequilibrado

2.4 Dimensión Académica

Se refiere a la autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias escolares.



Incluye también la autovaloración de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo y constante, desde el punto de vista intelectual.

2.5 Dimensión ética.

Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable o, por el contrario, mala y poco confiable. También incluye atributos como sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo. La dimensión



ética depende de la forma en que el niño interioriza los valores y las normas, y de cómo se ha sentido frente a los adultos cuando las ha transgredido o ha sido sancionado. Si se ha sentido cuestionado en su identidad cuando ha actuado mal, su autoestima se verá distorsionada en el aspecto ético.

El compartir valores refuerza y mantiene la cohesión de un grupo y es muy importante en el desarrollo de la pertenencia, que es una de las variables más significativas para la valoración personal.

3. Autoestima en el estudiante



La importancia que tiene la autoestima en la educación es porque tiene que ver con el rendimiento escolar, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del niño consigo mismo cada vez que se establece una relación, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen de esa persona.

De este modo, la interacción con el profesor va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de sí mismo que desarrolla el estudiante, es decir, se siente que lo hace bien o mal.



Si el estudiante percibe que el profesor es cercano, acogedor y valorativo con los alumnos, va a proyectar formas de establecer relaciones, se interiorizará en forma casi automática en este tipo de interacciones; se puede apreciar que existe una relación circular, si el estudiante tiene una autoestima alta se comportará en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y se facilitará el trabajo escolar.



(alemanatv, 2014)

Por lo tanto, el docente refuerza, estimula y permite una retroalimentación positiva; lo que hará que el estudiante se comporte mejor que genera un círculo virtuoso. Si su autoestima es baja se pondrá agresivo irritable, poco cooperador, poco responsable y con esta situación es altamente probable que el profesor tienda a asumir una postura más crítica y rechazante frente al niño quien, a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose así un círculo vicioso.

Se ha encontrado una relación entre la autoestima de los profesores y la autoestima de los estudiantes. Los profesores con una buena autoestima son más reforzadores, dan más seguridad a los estudiantes, están más satisfechos con su rendimiento escolar, desarrollan un clima



emocional más positivo y sus alumnos se aprecian más contentos en la sala de clases.



Por otro lado, los profesores con baja autoestima tienden a tener miedo de perder autoridad, por lo tanto, usan una disciplina mucho más represiva y sus alumnos son menos creativos, no saben trabajar solos, son más tensos e irritables y dependen del control que el adulto ejerce sobre ellos.

MOTIVACIÓN

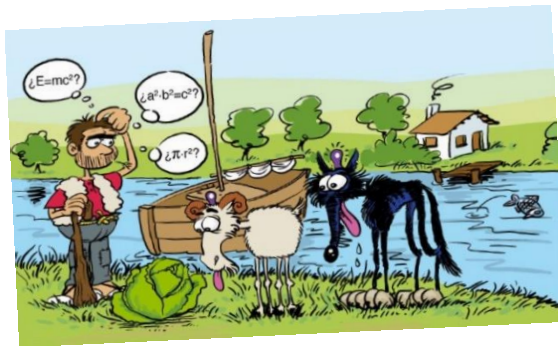
DESARROLLO: ¡Risotada seria!



Todo el grupo se ponen de pie y forman un círculo. A la señal de comenzar, un jugador previamente seleccionado dice a su compañero de la derecha: ¡Ha! Este a su vez dice también a su compañero de la derecha: ¡Ha! ¡Ha! Y así sucesivamente.

Cada jugador aumenta un ¡Ha! En el momento en que dice ¡Ha!, el jugador debe estar serio. Si sonrío, se le impone una penitencia.





ACTIVIDAD N° 1

EL PASTOR, LA OVEJA, EL LOBO Y LA COL

Objetivo:

Fomentar e incentivar el trabajo en equipo y el razonamiento de los estudiantes, que les permita llegar a la solución de un problema.

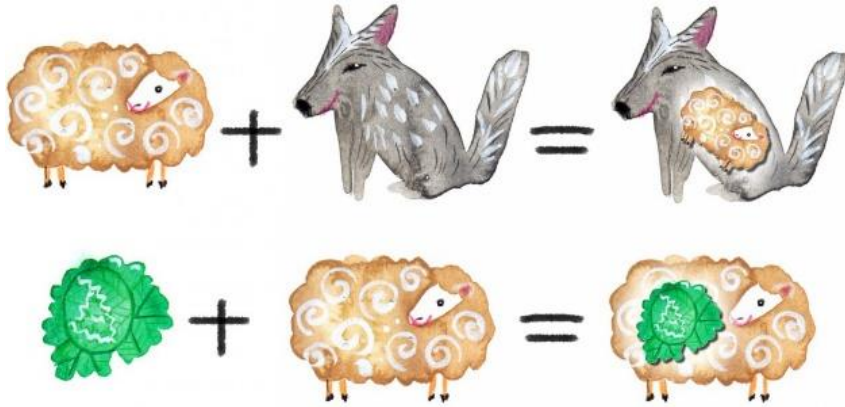
Recursos: Un lugar amplio.

Duración: 40 minutos.

Procedimiento de la actividad:

- El animador divide a los estudiantes en grupos de 4.
- Se explica a los estudiantes que el espacio será el escenario de la actividad (señalar dónde estaría el puente) y la situación es la siguiente: hay un pastor que necesita cruzar el puente con una oveja, una col y un lobo; el inconveniente es que solamente dos pueden cruzar el puente a la vez, pero no puede dejar sola a la oveja con el lobo, ni a la oveja con la col, ya que, se comerían.
- Los 4 integrantes del grupo deberán escoger uno de los papeles (pastor, lobo, oveja, col) y actuarlo.
- Se debe tener en cuenta que el lobo se deberá comer a la oveja y la oveja a la col si se quedan solos.
- Gana el equipo que llegue a la solución más rápido que los otros equipos.





NOTA PARA LOS ANIMADORES:

Solución: el pastor debe llevar a la oveja al otro lado del puente, dejarla y volver a recoger al lobo, llevarlo al otro lado del puente; regresar con la oveja, dejarla, tomar la col y dejarla al otro lado del puente, finalmente, regresar por la oveja.

ACTIVIDAD N° 2

7 ¡PUM!



Objetivo:

Ayudar al desarrollo de la concentración del estudiante mediante una breve actividad en la que existe una participación de una forma activa en un aprendizaje nuevo, a través, de una breve actividad.

Recursos: Aula de clases.

Duración: 45 minutos.

Procedimiento de la actividad:

- Todos los estudiantes deben sentarse en círculo.
- Uno por uno se van enumerando en voz alta, pero los números 7, múltiplos de 7 y que terminen en 7; no deben ser pronunciados y en vez, se debe decir "¡PUM!"
- El compañero que sigue debe seguir la numeración.
- Por ejemplo: el primer estudiante dice UNO, el que sigue DOS, el siguiente TRES, así hasta el SEIS, cuando sea el turno de decir siete, el estudiante dice ¡PUM! y el siguiente dirá OCHO. Así sucesivamente....
- Pierde el estudiante que no diga ¡PUM! o el que se equivoque en la secuencia de los números.
- El truco está en decir la numeración de manera rápida, haciendo que los estudiantes estén alerta y concentrados en la actividad.



EVALUACIÓN

Tabulación

El estudiante a evaluar debe escribir una X en la casilla que crean correspondiente.

Indicadores	Siempre 3 PUNTOS	Casi siempre 2 PUNTOS	Nunca 1 PUNTO
Creo que mis logros académicos son producto de mi esfuerzo.			
Me siento capaz de obtener una buena calificación.			
Me agrada responder con seguridad las evaluaciones.			
Me siento a gusto en los procesos de evaluación.			
Pienso que mis calificaciones son buenas, gracias al esfuerzo que realizo para obtenerlas.			
Me siento nervioso/a al			



momento de rendir un examen porque sé que obtendré malos resultados.			
Me entristece no poder responder un examen correctamente.			
Al momento de realizar una prueba, siento que mi rendimiento no será el esperado.			
Creo que mis compañeros obtendrán mejores resultados que yo en cualquier evaluación.			
Al ver el examen cuestiono que mis conocimientos sean suficientes para contestarlo adecuadamente.			
Me preocupo cuando no estudio lo suficiente, porque creo que no podré responder correctamente toda la evaluación.			



Interpretación de resultados

Más de 18 PUNTOS = EXELENTE.

Más de 10 PUNTOS = ACEPTABLE.

Menos de 10 PUNTOS = NECESITA LA AYUDA PERTINENTE DE LA ENTIDAD CORRESPONDIENTE.



Después de haber analizado la UNIDAD 3, mis compromisos son:

Mis compromisos conmigo mismo:

.....

.....

.....

.....

.....

Mis compromisos con los demás:

.....

.....

.....

.....

.....

Después de haber analizado la UNIDAD 3, las conclusiones son:

.....

.....

.....

.....

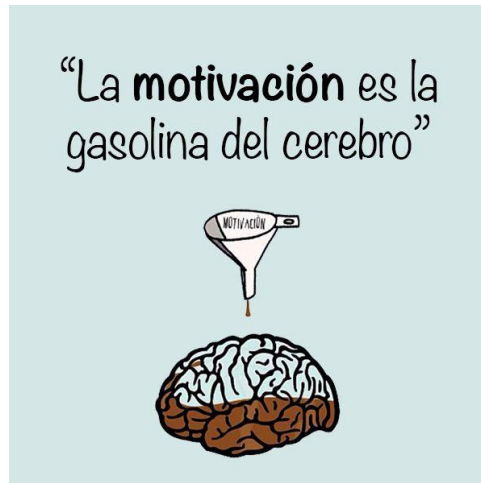
.....

.....



UNIDAD 4

¡QUIÉRETE A TI MISMO!



Fuente: (Cyfuss, 2016)

Objetivo:

Brindar pautas a los estudiantes para que se conozcan a sí mismos y que con ello sus habilidades y destrezas mejoren y que sus carencias se conviertan en potencialidades.

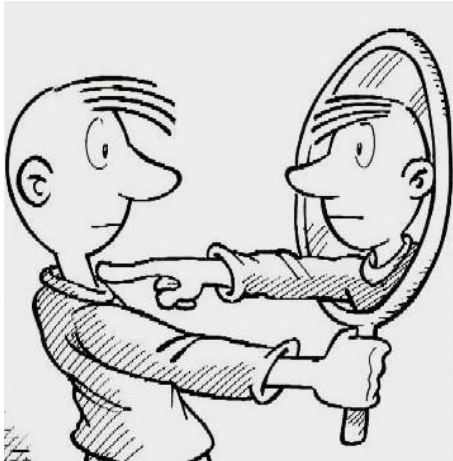
Dirigido a:

Estudiantes y docentes de la Unidad Educativa "San Francisco" de la ciudad de Ibarra.

Justificación:

Es muy importante que cada individuo comprenda quien es, si no lo sabe comprender no sabrá cuál es la importancia que representa su existencia, dicho de una manera diferente no tiene autoestima y por ello no logra valorar su vida en su totalidad y no se permite el progreso personal.





Si el individuo se conoce así mismo permite que su autoestima se eleve y que tenga visión a futuro, pero además hace posible explorar el interior de sus pensamientos y gracias a ello, podrá con el tiempo llegar a ser la persona que siempre anheló.

Pero sobre todo otorgará al individuo lecciones para aprender de los errores pasados y mejorar, con ello cada cosa que realice sea de mejor manera cada vez, en cada oportunidad que se presente; en realidad el proceso de conocerse así mismo es algo que no acabará a lo largo de toda la vida de cada individuo.

Contenidos:

- El autoconcepto
- Características del autoconcepto
- Auto conocimiento
- Auto evaluación
- Auto aceptación
- Auto respeto



1. El autoconcepto:

Hace referencia a la imagen que cada individuo tiene de sí mismo, a partir no sólo de lo que ve en el espejo, sino también de un sin fin de variables que se suman para completar esa imagen.



El autoconcepto es el resultado del conjunto de elementos tales como apariencia física, capacidades, historia, contexto familiar, éxitos y fracasos, ambiente en el cual la persona fue criada, ambiente social, etc. Todos los individuos tienen una imagen de sí mismas, pudiendo ser en algunas de ellas muy elevado y en otras muy bajo, que dependerá de la unión de cualidades o elementos que se otorgue el individuo así mismo.



También es importante señalar que esta imagen puede variar y modificarse a lo largo de los años de acuerdo al tipo de situaciones, sensaciones, deseos y preferencias que el individuo viva. El autoconcepto puede ser frágil a cambios por las vivencias de cada persona en su vida diaria.

2. Características del autoconcepto:

- **No es innato:**

El autoconcepto se va formando con la experiencia y la imagen proyectada o percibida en los otros.

- **Es un todo organizado:**



El individuo tiende a ignorar las variables que percibe de él mismo que no se ajustan al conjunto y tiene su propia jerarquía de atributos a valorar.



- **Es dinámico:**

Puede modificarse con los cambios que viva el individuo, provenientes de una reinterpretación de la propia personalidad o de juicios externos.



3. Auto conocimiento

El autoconocimiento es comprender las partes que construyen al "yo". Cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades, los papeles que vive el ser y a través de los cuales es; conocer por qué y cómo actúa y siente.

4. Auto evaluación



La auto evaluación refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como apropiadas si lo son para el individuo, si le satisfacen, si son interesantes, si son enriquecedoras, si le hacen sentir seguro, cómodo o feliz y si le permiten crecer y aprender, por el contrario, si

la persona las considera como malas, no se sentirá satisfecha, carecerá de interés, le harán daño y no le permitirán crecer.



5. Auto aceptación



Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, cómo es su forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. Sin auto aceptación la autoestima es imposible.

El individuo se queda bloqueado en un ambiente de conductas de auto rechazo, el conocimiento personal se ve reprimido y no puede ser feliz.

6. Auto respeto

Auto respetarse es atender a las necesidades propias del individuo y satisfacerlas, vivir según sus propios valores y expresar sus sentimientos y emociones.



Buscar y valorar todo aquello que haga que la persona se sienta orgullosa de sí mismo.



MOTIVACIÓN

DESARROLLO: Iniciales de cualidades y defectos



Todos los integrantes del grupo, dicen sus nombres y apellidos, y a continuación con las primeras consonantes tiene que decir tres cualidades y tres defectos. Comprobaremos la tendencia que tenemos las personas por pudor, modestia, soberbia o simplemente desconocimiento, a negar nuestros defectos y nuestras virtudes.

ACTIVIDAD N° 1

EL ESPEJO MÁGICO



Objetivo:

Demostrar al adolescente que es lo más especial y lo más maravilloso del mundo, así su autoestima aumentará.



Recursos:

Caja de regalo con tapa, un espejo que debe caber en la caja, cinta, goma.

Duración: 45 minutos.

Procedimiento de la actividad:

- El espejo debe ser pegado al fondo de la caja.
- Colocar la tapa y con la cinta realizar un lazo alrededor de la caja como un regalo.
- El animador debe reunir a los estudiantes, y hablarles acerca de la cosa más maravillosa del mundo y que se encuentra en la caja.
- Cada estudiante comenzará a imaginarse que puede ser, mientras la caja es pasada uno por uno sin abrirla, ellos tal vez la sacudan y el misterio crecerá.
- Una vez que la caja ha pasado por todos los estudiantes, el animador desatará la cinta y la pasará por cada uno pidiendo que mantenga el secreto de lo que ha visto hasta que todos hayan tenido su turno para mirar.
- Después el papel del animador es muy importante, puesto que, debe comenzar una charla con el grupo de estudiantes y preguntarles que es lo que han visto y ¿por qué ellos son la cosa más maravillosa el mundo?





ACTIVIDAD N° 2

SER UN GENIO

Objetivo:

Destacar los talentos y habilidades individuales de los estudiantes con esta actividad.

Recursos:

Hojas de papel, colores o crayones, cartulinas de colores.

Duración: 60 minutos.

Procedimiento de la actividad:

- El animador preguntará a los estudiantes qué entienden por “ser un genio”, pero procurando que piensen en cosas en las cuales se puede ser un genio, como la música, el arte, resolver problemas, hacer amigos...
- Estos talentos u otras formas de ser un genio, el animador las escribirá en una hoja de papel, lo siguiente es leer el listado y el estudiante debe escoger dos talentos con los que se identifique.
- Pedir a cada estudiante que dibuje su retrato en una cartulina con el color que se identifique más, y que realice una frase con los talentos y acorde al retrato.
- Por último, cada uno expondrá sus talentos a sus compañeros.



EVALUACIÓN

Tabulación

El estudiante a evaluar debe escribir una X en la casilla que crea correspondiente.



Indicadores	Siempre 5 PUNTOS	Casi siempre 3 PUNTOS	Nunca 1 PUNTO
Me comparo con los demás constantemente.			
Tengo actitudes inseguras.			
Tengo metas y objetivos en mi vida.			
Evito situaciones en las que temo sentirme rechazado(a).			
No soy tan capaz como las otras personas.			
Me siento satisfecho(a) conmigo y con mi vida.			
Me siento menos agradable que			



los demás.			
Busco ser aceptado(a) por los demás.			
Me siento contento(a) y a gusto, aún estando solo(a).			
Creo que soy una persona atractiva e interesante.			



Interpretación de resultados

Más de 25 PUNTOS = EXELENTE.

Más de 15 PUNTOS = ACEPTABLE.

Menos de 15 PUNTOS = NECESITA LA AYUDA PERTINENTE DE LA ENTIDAD CORRESPONDIENTE.

Después de haber analizado la UNIDAD 4, mis compromisos son:

Mis compromisos conmigo mismo:

.....

.....

.....

.....

.....

Mis compromisos con los demás:

.....

.....

.....

.....

.....

Después de haber analizado la UNIDAD 4, las conclusiones son:

.....

.....

.....

.....

.....

.....





RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN EL ESTUDIANTE

Después de que el animador ha realizado las actividades y notó un posible riesgo de Baja Autoestima en los estudiantes, se recomienda lo siguiente:

1. El docente debe estimular todo esfuerzo positivo o trabajo realizado por el estudiante por más sencillo que sea.
2. Apoyar al estudiante en sus errores, dejando ver que nadie es perfecto y que un error lo puede cometer cualquier persona.
3. Dar al estudiante pequeñas responsabilidades para que se sienta importante, gane seguridad y confianza; de esta forma, el estudiante enfrenta a sus problemas por sí solo.
4. Siempre demostrar al estudiante que tiene todo el interés del docente, escuchándolo.
5. El docente debe ser sincero con el estudiante y nunca prometer algo que tal vez no pueda cumplir.
6. Animar al estudiante a afrontar las consecuencias de sus actos y a partir de ello, tomar una decisión.
7. Aportar en su autoevaluación, para que el estudiante mismo se dé cuenta de su valor, que es una persona capaz e importante: ¿Fue valiosa tu ayuda? ¿Lo hiciste bien? ¡Inténtalo y si fallas lo corriges!
8. Es importante que los sentimientos del estudiante sean aceptados como reales y apoyarlo. Hacerle ver que todos tienen miedos y temores y que los puede vencer.



9. Se debe evitar los cambios drásticos de un aula de clase o de una metodología ya planteada, caso contrario, entablar una conversación con el estudiante para que sepa a qué se va a enfrentar y dejarlo que viva su experiencia.
10. Una forma de que el estudiante gane confianza y enfrente los problemas de su vida, es brindando un modelo a seguir, es decir, un docente que muestre confianza y seguridad.
11. Dividir un problema en partes para ir enfrenándolo poco a poco es más eficaz que pedirle que lo resuelva en su totalidad.
12. Siempre demostrar respeto y paciencia a los estudiantes, puesto que, no todos responden de la misma forma, unos van más rápido y otros más despacio.

Recomendaciones al estudiante

Busca dentro de ti:

Escúchate a ti mismo más que a los demás, analiza con cuidado las opiniones de los demás sobre ti, tú y solo tú eres quien debe tomar las últimas decisiones acerca de ti.

Convierte lo negativo en positivo, nunca pierdas las ganas de pensar en positivo invierte todo lo que parezca mal o que tiene solución.

MENSAJES NEGATIVOS	CONVERTIDOS EN AFIRMACIONES
"No hables" "¡No puedo hacer nada!" "No esperes demasiado" "No soy suficientemente bueno"	"Tengo cosas importantes que decir" "Tengo éxito cuando me lo propongo" "Haré realidad mis sueños" "¡Soy bueno!"

(Sanchez, 2008)



BIBLIOGRAFÍA

- alemanatv. (31 de 03 de 2014). Obtenido de Charla: Autoestima y rendimiento escolar:
<https://www.youtube.com/watch?v=hzJGV3qSlqg>
- Alvarez, R. (2006). *Obesidad y autoestima*. México: Plaza y Valdés S.A.
- Beauregard, L.-A., Bouffard, R., & Duclos, G. (2005). *Autoestima: para quererse más y relacionarse mejor*. Madrid. España: NARCEA S.A.
- Belletti, J. (s.f.). *La autoestima según las distintas escuelas de la psicología*. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos98/autoestima-segun-distintas-escuelas-psicologia/autoestima-segun-distintas-escuelas-psicologia.shtml#ixzz3OYvlOWn4>
- Benítez, A. (31 de 05 de 2016). Obtenido de PSICOLOGÍA EDUCATIVA;ORIENTACIÓN VOCACIONAL;AUTOESTIMA;RENDIMIENTO ACADÉMICO;EDUCACIÓN BÁSICA;COLEGIO UNIVERSITARIO "UTN";IBARRA:
<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/4973>
- Bonet, J.-V. (1997). *Sé amigo de ti mismo: manual de autoestima*. España: Sal Terrae.
- Branden, N. (2000). *La autoestima día a día*. Barcelona: Paidós Ibérica S.A.
- Branden, N. (2003). *Padres felices hijos triunfadores* . Santander .
- CABRERA, M. (2014). Obtenido de AUTOESTIMA Y RENDIMIENTO ESCOLAR EN LOS NIÑOS:
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/19842/1/TESIS.pdf>
- Callao, C. (05 de 08 de 2015). Obtenido de La Autoestima:
<http://psicologia-biopsicosocial.blogspot.com/2015/08/la-autoestima.html>

- Caso, J., & Hernández, L. (2007). *Variables que inciden en el rendimiento académico de adolescentes mexicanos*. Obtenido de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0120-05342007000300004&script=sci_arttext
- Clark, A., Clemes, H., & Bean, R. (1995). *Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes*. Madrid: Debate S.A.
- Corral, M. (1988).
- CotaSant. (2015). Obtenido de Mejora del rendimiento escolar potenciando la autoestima: <http://www.cotasant.com/servicios/aprendizaje/autoestima/>
- cyfuss. (18 de 04 de 2016). Obtenido de Otras técnicas de motivación: <http://ciogestion.com/tag/motivacion/>
- D. Burns, D. (2000). *Autoestima en 10 días: diez pasos para vencer la depresión, desarrollar la autoestima y descubrir el secreto de la alegría*. Barcelona: Paidós Ibérica S.A.
- Dávila, D. (05 de 30 de 2013). Obtenido de Test de Autoestima para escolares: <https://es.slideshare.net/dantedanexidavilaalva/test-de-autoestima-ch>
- Dinámicas y Juegos. (2016). Obtenido de ACENTUAR LO POSITIVO: <http://dinamicasojuegos.blogspot.com/2010/04/acentuar-lo-positivo.html>
- Dr. Eguizabal, R. (2004). *Autoestima*. Lima: Palomino.
- Dra. Fernández, V. (2016). Obtenido de ¿Baja autoestima? Aprende a mejorarla: <http://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/salud-y-mente/baja-autoestima-aprende-mejorarla-2655>
- Escuela, F. (2015). *Fundación Escuela Nueva*. Obtenido de <http://www.escuelanueva.org/portal/es/productos-y-servicios/guias-de-aprendizaje.html>
- Feijoo, R. M. (07 de 02 de 2004). *biblioteca.org*. Recuperado el 11 de 11 de 2015, de <http://www.biblioteca.org.ar/libros/142124.pdf>
- Feldman, J. (2006). *Autoestima para niños*. Madrid , España: Alfaomega .
- Ivonne, N., & Arratia, G. (2001). *La autoestima*. México.

- Kaufman, G., Raphael, L., & Espeland, P. (2005). *Como Enseñar Autoestima*. México: Pax México.
- La Autoestima Escolar. (2015). Obtenido de Introducción una de las variables:
<http://laautoestimaescolar.blogspot.com/2015/05/introduccion-unade-las-variables.html>
- Laporte, D. (2006). *Autoimagen, autoestima y socialización: guía práctica con niños de 0 a 6 años*. Madrid: NARCEA S.A.
- lenmdp. (2016). Obtenido de Depositphotos:
<http://sp.depositphotos.com/19413907/stock-photo-kids-raising-their-hands.html>
- López, M. E. (2006). *Autoestima E Inteligencia Emocional*. Colombia: Gamma S.A.
- Luna, R. (2016 de 08 de 11). Obtenido de Por qué tengo baja autoestima. 5 consejos para mejorarla: <http://psicologaenmadrid.com/por-que-tengo-baja-autoestima>
- Merino, I. (16 de 08 de 2015). Obtenido de Los beneficios del huevo en la alimentación infantil:
<http://www.bekiapadres.com/articulos/beneficios-huevo-alimentacion-infantil/>
- Montoya, M. Á., & Sol, C. E. (2004). *Autoestima*. México: Pax México.
- Novytsky, I. (2016). Obtenido de Vector - Cartoon cute schoolboys and schoolgirls: https://www.123rf.com/photo_13425213_cartoon-cute-schoolboys-and-schoolgirls.html
- Pelt, N. V. (2014). *Como formar hijos vencedores*. Buenos Aires, Argentina: Asociacion casa editora Sudamericana.
- Picazzo, L. M. (2009). *La Familia, La Autoestima y El Fracaso Escolar*. España: Granatenses.
- Ramirez, V. (2008). *Características de una personalidad con alta Autoestima*. México: Paulinas S.A.

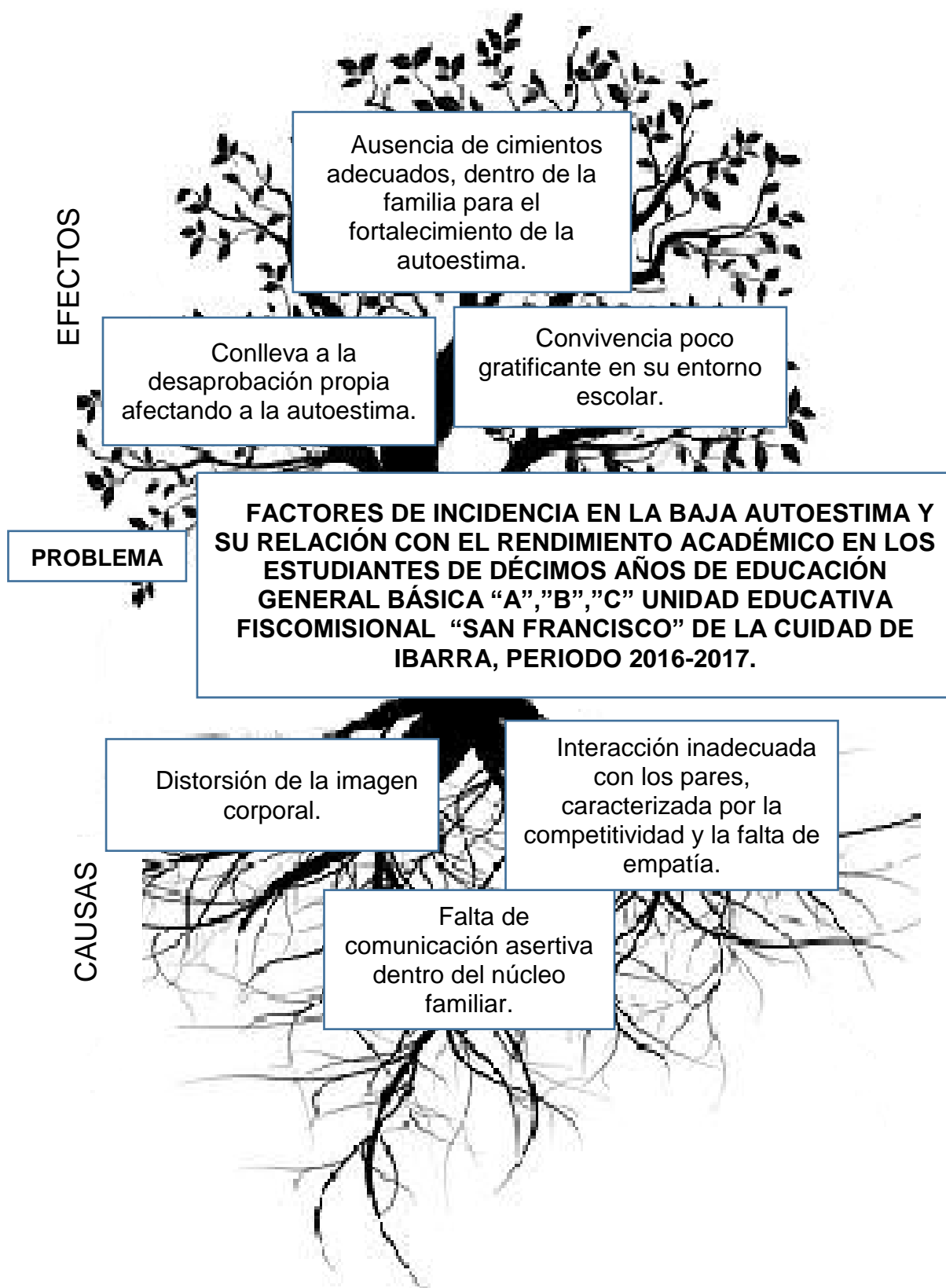
- Ramón, J. (19 de 03 de 2012). Obtenido de Compañeros de niños con autismo: <https://autismodiario.org/2012/03/19/companeros-de-ninos-con-autismo/>
- Rimm, S. (2014). EL síndrome de la Baja Autoestima. *La Familia*, 12.
- Ríos, B. (10 de 10 de 2014). Obtenido de MATEMÁTICAS APLICADAS PARA NIÑOS: <http://alercecondores.blogspot.com/2014/10/matematicas-aplicadas-para-ninos.html>
- Roca, E. (2013). *Autoestima Sana*. ACDE Psicología.
- Sanchez, A. (05 de 2008). Obtenido de Desarrollo Del Autoestima Y Estrategias Para Mejorar: <https://es.slideshare.net/Richardsa/desarrollo-del-autoestima-y-estrategias-para-mejorar>
- Van, N. P. (2004). *Como formar hijos vencedores*. Argentina: Printed in Argentina.
- Velez, M. (04 de 12 de 2014). Obtenido de DESEMPEÑO ESTUDIANTIL: <http://colegioestudiantiludes.blogspot.com/>
- Vernieri, M. J. (2006). *Adolescencia y autoestima*. Buenos Aires: Bonum.
- Vives, J. (15 de 10 de 2012). *Psicología del Rendimiento*. Obtenido de <https://joanvives.wordpress.com/>

ANEXOS

ANEXO 1: Formulario del diagnóstico

Fortalezas	Debilidades
<ul style="list-style-type: none"> • La institución por su prestigio tiene gran número de estudiantes. • Un gran porcentaje de jóvenes presentan una buena estabilidad económica. • Los estudiantes tienen un nivel de educación y cultura óptimas. • Los docentes capacitados y experimentados en la labor educativa. • Las autoridades poseen una visión clara y holística para llevar adelante a la institución. • Acceso ilimitado a la tecnología y las redes sociales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Por el gran número de estudiantes que posee la institución la educación que se imparte es menos personalizada. • Tener una buena estabilidad económica significa en muchos casos que padre y madre trabajan y dejan de lado las relaciones intrafamiliares. • Las relaciones interpersonales entre estudiantes son reprimidas. • Falta de comunicación profesional entre los docentes de las diversas áreas. • No siempre los proyectos que se plantean nivel educativo son aprobados por los superiores en este caso el clero. • El acceso a las tecnologías y redes sociales en la actualidad si no son controladas adecuadamente pueden repercutir en el adolescente a nivel de acoso, toma de malas decisiones, baja autoestima, otros.

ANEXO 2: Árbol de Problemas



ANEXO 3: Matriz de Coherencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<p>¿Cómo inciden los factores de la Baja Autoestima en relación con el Rendimiento académico en los estudiantes de décimos años de Educación General Básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra, periodo 2016-2017?</p>	<p>Determinar la incidencia de la Baja Autoestima y su relación con el Rendimiento Académico en los estudiantes de los décimos años de Educación General Básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco” de la ciudad de Ibarra, periodo 2016-2017.</p>
INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<ul style="list-style-type: none"> • ¿ Un diagnostico coherente sobre la problemática de investigación permitirá detectar factores de la baja autoestima que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de décimos años de educación general básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco” ?. • ¿La selección adecuada de la información Teórica / Científica permitirá la fácil comprensión de la problemática, para observar y direccionar de manera clara nuestra investigación? • ¿Detectada la problemática la guía didáctica y la selección adecuada de estrategias permitirá consolidar espacios que permitan elevar la autoestima y una adecuada convivencia en la comunidad educativa? • ¿La socialización de la guía didáctica permitirá a los actores institucionales el empoderamiento de la misma, para dar respuesta a la problemática de la autoestima y su relación con el rendimiento académico? 	<ul style="list-style-type: none"> • Diagnosticar los factores de la Baja Autoestima y su incidencia en el rendimiento Académico de los estuantes de los décimos años de Educación General Básica “A”, “B”, “C” de la Unidad Educativa “San Francisco”. • Seleccionar la información Teórico / Científica que nos permita la comprensión más clara de la problemática y direccionar de manera adecuada la investigación. • Elaborar una guía que permita consolidar espacios que eleven la autoestima como juegos, charlas, esparcimiento social, en el ámbito familiar y educativo lo que permitirá una adecuada convivencia de la comunidad educativa en general. • Socializar la guía con todos los actores institucionales como son: autoridades, docentes y estudiantes.



ANEXO 4: Encuestas
UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Encuesta

Curso:

Edad:

Sexo:

Esta encuesta tiene por objeto realizar un trabajo de investigación relacionando la autoestima con el bajo rendimiento académico. Al encuestado se le solicita ser lo más veras posible, ya que los resultados son confidencial y solo se maneja en esta investigación.

Marque con una (X) en la columna de la derecha el número que usted asigne a su respuesta, de acuerdo a la siguiente escala.

1. Siempre	2. Casi Siempre	3. Algunas Veces	4. Nunca			
			1	2	3	4
1. ¿El apoyo económico y el afecto que le brindan los miembros de su familia es suficiente para su estabilidad?						
2. ¿Cree usted que existe una buena comunicación entre los miembros de su familia; hasta el punto que sus padres le escuchan cuando tiene algo que comunicar?						
3. ¿Los miembros de su familia le brindan apoyo en todas sus actividades (académicas y extracurriculares) eso le hace sentir cómodo y alegre?						
4. ¿Siento que soy agradable ante los demás, y eso me hace sentir aceptado?						
5. ¿Usted es aceptado por sus compañeros de aula y eso le ayuda a mejorar su nivel de aprendizaje?						
6. ¿Siento que soy dependiente de otros y eso me hace sentir menos importante?						
7. ¿Me siento contento con mi aspecto físico y me acepto tal y como soy?						

8. ¿Si usted se siente mal consigo mismo eso afecta a su aprendizaje?				
9. ¿Le gustaría cambiar algo de su aspecto físico?				
10.¿Me quiero tal como soy y soy aceptado así?				
11. ¿Usted acepta sus errores, los asume y cambia para mejorar?				
12.¿Cree usted que los conocimientos que le imparten en el aula son demasiado complejos?				
13. ¿Cree usted que tiene una buena comunicación con sus maestros, hasta el punto que si no logra alcanzar los conocimientos en alguna asignatura ellos le brindan apoyo?				
14. ¿En su institución educativa es motivado permanentemente y el ambiente es el adecuado para obtener un mejor aprendizaje?				
15. ¿Si no logra aprender algo tiene la ayuda de sus compañeros y al trabajar en grupo se le hace fácil acoplarse a ellos?				
16. ¿Usted cree que para aprender algo nuevo, los recursos que usa su maestro es importante para aprender mejor?				
17.¿Las redes sociales no le permiten la utilización adecuada de su tiempo libre?				
18. ¿Hay una herramienta didáctica en la institución que permita fortalecer la autoestima en los estudiantes?				
19.¿En el caso de proponer una guía didáctica sobre autoestima estaría usted dispuesto a usarla?				
Total				



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Encuesta

Curso:

Edad:

Sexo:

Esta encuesta tiene por objeto realizar un trabajo de investigación relacionando la autoestima con el bajo rendimiento académico. Al encuestado se le solicita ser lo más veras posible, ya que los resultados son confidencial y solo se maneja en esta investigación.

Marque con una (X) en la columna de la derecha el número que usted asigne a su respuesta, de acuerdo a la siguiente estácala.

1. Siempre	2. Casi Siempre	3. Algunas Veces	4. Nunca			
			1	2	3	4
1. ¿Cree usted que el apoyo económico y afectivo que reciben sus estudiantes de sus padres y familiares es el adecuado para su estabilidad emocional?						
2. ¿A su criterio sus estudiantes tienen una buena comunicación con los miembros de su familia y los padres escuchan a sus hijos cuando tienen algo que comunicar?						
3. ¿Cree usted que la familia de sus estudiantes le brindan el apoyo en todas sus actividades y eso le hace sentirse al estudiante cómodo y alegre?						
4. ¿Siente usted que todos los jóvenes a su cargo son aceptados por su grupo de pares?						
5. ¿Usted cree que los estudiantes siendo aceptados unos con otros, eso ayuda a mejorar su nivel de aprendizaje?						
6. ¿Cree usted que algunos estudiantes tienen dependencia académica de otros y de su maestro y eso le hace sentirse menos importante?						

7.¿Piensa usted que sus estudiantes se aceptan con su aspecto físico y eso les hace sentirse aceptados?				
8.¿Cree usted que si un estudiante se siente mal consigo mismo eso afecta a su aprendizaje?				
9.¿Sus estudiantes aceptan sus errores, los asumen y cambian para mejorar?				
10.¿Piensa usted que los conocimientos que se imparten en el aula como parte de la programación curricular son demasiado complejos para sus estudiantes?				
11.¿Cree usted que tiene una buena comunicación con sus estudiantes, hasta el punto que si alguno no alcanza los conocimientos, usted le brinda su apoyo?				
12.¿Cree usted que la institución educativa motiva permanentemente y el ambiente es el adecuado para que los estudiantes alcancen un mejor aprendizaje?				
13.¿Sus estudiantes al trabajar en el aula se ayudan para aprender y se les hace fácil trabajar en grupo?				
14.¿Usted cree que el material didáctico que usa en el aula es importante para enseñar algo nuevo?				
15.¿Cree usted que las redes sociales le quitan tiempo a sus estudiantes que podrían utilizarlo para aprender?				
16. ¿Hay una herramienta didáctica en la institución que permita fortalecer la autoestima en los estudiantes?				
17.¿En el caso de proporcionarle una grui didáctica sobre autoestima estaría usted dispuesto a usarla?				
Total				

ANEXO 5: Fotografías



Ayuda pedagógica a los estudiantes de segundo año de Bachillerato de la Unidad Educativa "San Francisco".





Aplicación de encuestas sobre la autoestima y rendimiento académico a los estudiantes de Décimos años de Educación General Básica de la Unidad Educativa ``San Francisco``.





Terapias de conducta a los estudiantes de Segundo y Tercer año de Bachillerato de la Unidad Educativa "San Francisco".





Proyectos y talleres en la casa abierta de la institución educativa.





Taller sobre la autoestima dirigida a los estudiantes de Décimos Años de Educación Básica de la Unidad Educativa "San Francisco".





Aplicación del cuestionario de autoestima y rendimiento académico a los alumnos de Décimos Años de Educación General Básica de la Unidad Educativa "San Francisco".





Unidad Educativa "San Francisco"

"EDUCACIÓN CON ESFUERZO Y BUEN TRATO COMO FRANCISCO"

2016-2017



El Suscrito Rector de la UNIDAD EDUCATIVA "SAN FRANCISCO", a petición de la parte interesada,

CERTIFICA:

Que la Señorita **CAROLINA MONSERRATH MIÑO JARAMILLO**, con Cédula 100478855-8, estudiante de la carrera de Licenciatura en Psicología Educativa y Orientación Vocacional de la U.T.N., realizó la socialización a los Estudiantes y Docentes de Décimos Años de la UNIDAD EDUCATIVA "SAN FRANCISCO", de la propuesta alternativa previa a la obtención del título de Licenciada, "CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA PARA ELEVAR ELEVAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO", como requisito del trabajo de Grado.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

La interesada dará el uso que estime conveniente a este documento.

Ibarra, 02 de marzo de 2017


Arq. MARCO LAFUENTE R.
Rector



ML/ Caicedo JC.



Unidad Educativa "San Francisco"

"EDUCACIÓN CON ESFUERZO Y BUEN TRATO COMO FRANCISCO"

2016-2017



El Suscrito Rector de la UNIDAD EDUCATIVA "SAN FRANCISCO", a petición de la parte interesada,

CERTIFICA:

Que la Señorita **CAROLINA MONSERRATH MIÑO JARAMILLO**, con Cédula 100478855-8, estudiante de la carrera de Licenciatura en Psicología Educativa y Orientación Vocacional de la U.T.N., realizó la aplicación de las encuestas a los Sres. Estudiantes y Docentes de Décimos Años de la UNIDAD EDUCATIVA "SAN FRANCISCO", para la realización del Trabajo de Grado con el Tema; "FACTORES DE INCIDENCIA EN LA BAJA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA "A-B-C", DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL SAN FRANCISCO DE LA CIUDAD DE IBARRA DEL PERÍODO 2016-2017"

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

La interesada dará el uso que estime conveniente a este documento.

Ibarra, 22 de febrero de 2017


Arq. MARCO LAFUENTE R.
Rector



ML/ Caicedo JC.

[Urk:2investigacion] 7% likhet cmonse_1@hotmail.com

R

report@analysis.orkund.com

Responder a todos |

Hoy 11:36

Dokument inskickat av: cmonse_1@hotmail.com

Dokument mottaget: 2016-07-28 18:27:00

Rapport genererad 2016-07-28 18:36:31 av urkunds system för automatiserad kontroll.

Meddelande från studenten:

Dokument: urkum de la tesis Carolina Miño.docx [D21238631]

C: a 7% av detta dokument består av text liknande den som påträffats i 35 källor. Den största markeringen som satts ut är 326 ord lång och liknar sin källa till 94%.

OBSERVERA att ovan siffror inte med automatik innebär att det förekommer plagiat i dokumentet. Det kan finnas goda skäl till att delar av en text också förekommer i andra källor. För att en grundad misstanke om försök till vilseledande skall kunna uppkomma krävs att analysen, eventuellt påträffade källor och originaldokumentet granskas noggrant.

Klicka här för att öppna analysen:

<https://secure.orkund.com/view/20929310-779986-556630>

Klicka här för att ladda ner dokumentet:

<https://secure.orkund.com/archive/download/21238631-309056-601109>



The image shows a handwritten signature in blue ink, which appears to be 'Raymundo'. To the right of the signature is a circular official stamp. The stamp contains the word 'DECANATO' in the center and some illegible text around the perimeter, likely indicating an official capacity or department.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN

A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional determina la necesidad de disponer textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD	100478855-8		
APELLIDOS Y NOMBRES	MIÑO JARAMILLO CAROLINA MONSERRATH		
DIRECCIÓN	Rio Banco y Luis Mideros "Yacucalle"		
E-MAIL	Cmonse_1@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO	062585480	TELÉFONO MÓVIL	0996726582
DATOS DE LA OBRA			
TEMA	"FACTORES DE INCIDENCIA EN LA BAJA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA "A", "B" Y "C" DE LA UNIDAD EDUCATIVA "SAN FRANCISCO" DE LA CIUDAD DE IBARRA, PERIODO 2016-2017".		
AUTOR	MIÑO JARAMILLO CAROLINA MONSERRATH		
FECHA	Abril 2017		
PROGRAMA	PRE-GRADO		
TÍTULO POR QUE OPTA	LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN ESPECIALIDAD PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN VOCACIONAL		
DIRECTOR	Dr. Gabriel Echeverría		

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD


Yo, Miño Jaramillo Carolina Monserrath, con cédula de identidad Nro. 1004788558, en calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

La autora manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, Abril 2017

LA AUTORA:

(Firma).....

Nombre: Miño Jaramillo Carolina Monserrath

Cédula: 1004788558



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

**CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

Yo, Miño Jaramillo Carolina Monserrath, con cédula de identidad Nro. 1004788558, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autora de la obra o trabajo de grado denominado: **“FACTORES DE INCIDENCIA EN LA BAJA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA “A”, “B” Y “C” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO” DE LA CIUDAD DE IBARRA, PERIODO 2016-2017”**. Que ha sido desarrollado para optar por el título de: **Licenciada en Ciencias de la Educación especialidad Psicología Educativa y Orientación Vocacional** en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, Abril de 2017

(Firma)

Nombre: Miño Jaramillo Carolina Monserrath

Cédula: 1004788558



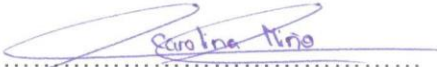
UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

DECLARACIÓN

Yo, Miño Jaramillo Carolina Monserrath, con cédula de identidad N°. 1004788558, declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; y que éste no ha sido previamente presentado para ningún grado o calificación profesional.

A través de la presente declaración cedo los derechos de propiedad intelectual correspondientes a este trabajo, a la Universidad Técnica del Norte, según lo establecido por las Leyes de la Propiedad Intelectual, Reglamentos y Normativa vigente de la Universidad Técnica del Norte.


.....

Firma

Nombre: Miño Jaramillo Carolina Monserrath

Cédula: 1004788558

Ibarra, Abril 2017