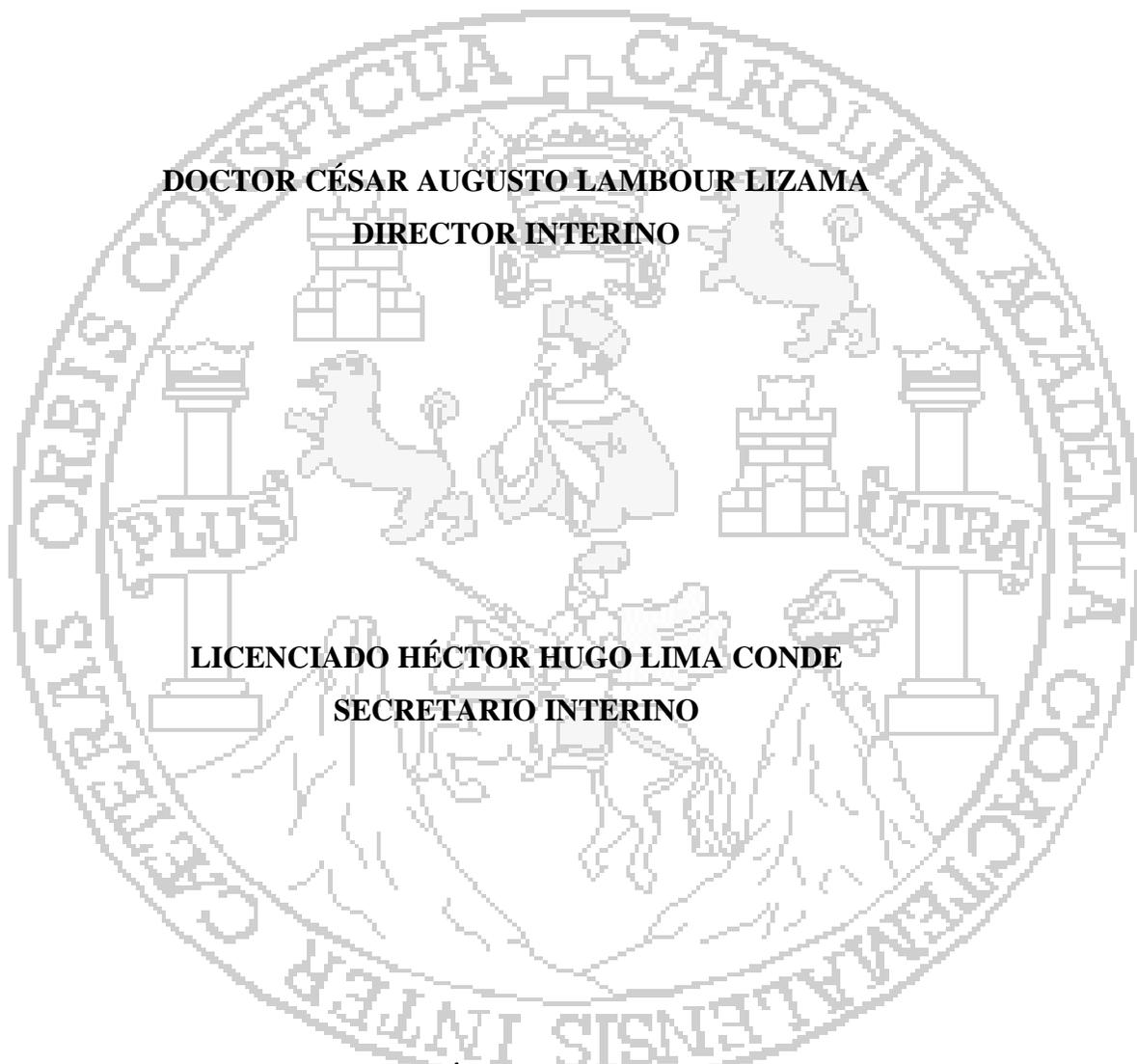


CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

DOCTOR CÉSAR AUGUSTO LAMBOUR LIZAMA
DIRECTOR INTERINO

LICENCIADO HÉCTOR HUGO LIMA CONDE
SECRETARIO INTERINO

JAIRO JOSUÉ VALLECIOS PALMA
REPRESENTANTE ESTUDIANTIL
ANTE CONSEJO DIRECTIVO



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLÓGIA – CIEPs –
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL AUTOESTIMA EN NIÑAS
PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA
ESCUELA “JOSÉ FELIPE FLORES”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

POR

**DEISY ROXANA ALFARO ESQUIVEL
MARÍA ALEJANDRA GIRALDO MONTEPEQUE**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN PSICÓLOGIA**

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

LICENCIATURA

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2011



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"
Tel. 24187530 Telefax 24187543
e-mail: usropsic@usac.edu.gt

CC. Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg. 340-2011
DIR. 1,576-2011

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

05 de octubre de 2011

Estudiantes

Deisy Roxana Alfaro Esquivel
María Alejandra Giraldo Montepeque
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiantes:

Transcribo a ustedes el ACUERDO DE DIRECCIÓN MIL QUINIENTOS CINCUENTA Y TRES GUIÓN DOS MIL ONCE (1,553-2011), que literalmente dice:

"MIL QUINIENTOS CINCUENTA Y TRES": Se conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **"LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL AUTOESTIMA EN NIÑAS PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA ESCUELA JOSÉ FELIPE FLORES"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

Deisy Roxana Alfaro Esquivel
María Alejandra Giraldo Montepeque

CARNÉ No. 2003-11222
CARNÉ No. 2005-14205

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Verónica Estrada de Figueroa y revisado por el Licenciado Marco Antonio García Enríquez. Con base en lo anterior, se **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"

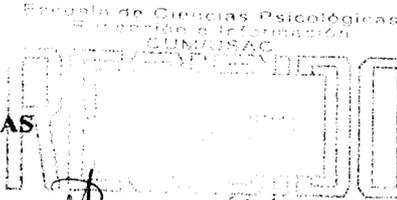
Doctor César Augusto Lambourez
DIRECCIÓN INTERINO



Zusy G.



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"
Tel. 24187530 Telefax 24187543
e-mail: uscpsic@usnc.edu.gt



CIEP: 340-2011
REG: 026-2011
REG: 106-2011

FIRMA: *[Signature]* HOJA: 14210 Registro: 26-11
INFORME FINAL

Guatemala, 27 de Septiembre 2011

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Marco Antonio García Enríquez ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

"LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL AUTOESTIMA EN NIÑAS PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA ESCUELA JOSÉ FELIPE FLORES."

ESTUDIANTE:
Deisy Roxana Alfaro Esquivel
María Alejandra Grando Montepeque

CARNÉ No:
2003-11222
2005-14205

CARRERA: Licenciatura en Psicología

El cual fue aprobado por la Coordinación de este Centro el día 26 de Septiembre 2011 y se recibieron documentos originales completos el día 26 de Septiembre 2011, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**

"D Y ENSEÑAR A TODOS"

[Signature]

Licenciado Melvin Orlando Velásquez Ramos
COORDINADORA

Centro de Investigaciones en Psicología CIEP "Alayra Gutiérrez"



cc: archivo
Analis



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"
Tel. 24187530 Telefax 24187543
e-mail: usacpsic@usnc.edu.gt

CIEPS 341-2011
REG: 026-2011
REG 106-2011

Guatemala, 27 de Septiembre 2011

Licenciado Helvin Orlando Velásquez Ramos; M.A. Coordinador
Centro de Investigaciones en Psicología
-CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"
Escuela de Ciencias Psicológicas

Licenciado Velásquez:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN**, titulado:

**"LA IMPORTANCIA QUE TIENE LA AUTOESTIMA EN NIÑAS
PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA
ESCUELA JOSÉ FELIPE FLORES."**

ESTUDIANTE:

Deisy Roxana Alfaro Esquivel
María Alejandra Giraldo Montepaque

CARNE

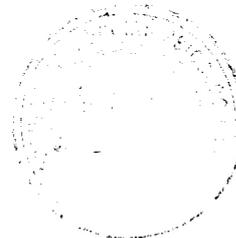
2003-11222
2005-14205

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el día 09 de Septiembre 2011 por lo que solicite continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

"DID Y ENSEÑAD A TODOS"



Licenciado Helvin Orlando Velásquez
DOCENTE REVISOR

Archivado



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Guatemala,
Julio 27 del 2011.

Licenciada Mayra Luna de Álvarez
Coordinadora
Departamento de Investigaciones Psicológicas
"Mayra Gutiérrez" -CIEPs.-
CUM

Licenciada de Álvarez:

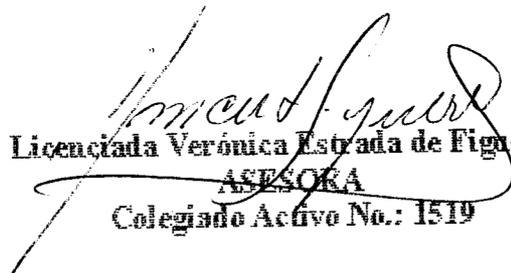
Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría del Informe Final de Investigación Titulado: "LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL AUTOESTIMA EN NIÑAS PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA ESCUELA JOSÉ FELIPE FLORES", elaborado por las Estudiantes:

Deisy Roxana Alfaro Esquivel Carné No.: 200311222
María Alejandra Giraldo Montepeque Carné No.: 200514205

El trabajo fue realizado a partir del 31 de marzo del año dos mil once al 21 de julio del año dos mil once.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el CIEPs., por lo que emito **DICTAMEN FAVORABLE** y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Atentamente,


Licenciada Verónica Estrada de Figueroa
ASESORA
Colegiado Activo No.: 1519

VEEF/susy
c.c.archivo

Escuela Oficial para Niñas No.1
"José Felipe Flores"

21 calle 7-09 zona 11 col. Mariscal
Teléfono 24760800

Guatemala 9 de Agosto de 2001

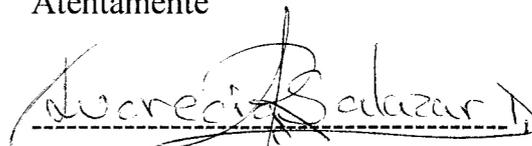
Licenciada
Mayra Luna de Álvarez
Coordinadora Centro de Investigación en Psicología
-CIEPS-" Mayra Gutiérrez "
Escuela en Ciencias Psicológicas
CUM.

Licenciada Álvarez.

Reciba un cordial saludo y bendiciones, deseándole éxitos en sus labores cotidianas , por este medio hago de su conocimiento que las estudiantes Deisy Roxana Alfaro Esquivel, con carne No. 200311222 y Maria Alejandra Giraldo Montepeque, con carne No.20514205, realizaron en este establecimiento una serie de actividades como parte del trabajo de investigación titulado "**La importancia que tiene la autoestima en niñas provenientes de hogares desintegrados de 11 a 14 años**" en el periodo Comprendido del 1 de marzo al 15 de abril, los días martes de 11.00 a 12.00 horas.

Las estudiantes en mención, cumplieron con lo estipulado en su proyecto de investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Atentamente



Profª, Ana Lucrecia Salazar Díaz
DIRECTORA

**ACTO QUE DEDICO.
DEISY ALFARO**

A DIOS:

Gracias por darme la oportunidad de venir a este mundo y por las bendiciones recibidas a lo largo de mi vida.

A MIS PADRES:

Por su constante afecto, apoyo, seguridad y esfuerzo, sin su inspiración y ejemplo no hubiera alcanzado esta meta.

A MI ESPOSO:

Gracias por tu amor y paciencia en la realización de este proyecto, gracias por llenar mi vida y hacerme feliz sé que si tu estas en mi vida es porque dios así lo quiso y porque me esperan años muy maravillosos a tu lado te amo.

A MI HIJA.

Por ser mi mayor inspiración, eres ese motor que me impulsa día a día a ser mejor, has llenado mi vida de felicidad desde que me entere de tu llegada, que este éxito en mi vida sirva de ejemplo para que tu coseches muchos más en tu vida te amo mi princesa bella gracias por hacerme inmensamente feliz.

A MIS HERMANOS.

Por ser esos ángeles de la guarda que cuidan de mí, gracias por estar ahí, y sé que aunque no estemos todos juntos para celebrar este triunfo en mi vida nuestros corazones estarán unidos siempre.

A MIS SOBRINOS:

Estiven, Lucia, Daniel, y Valeria Que Dios les conceda alcanzar cada uno de sus sueños y sus metas, los amo mucho.

A MIS CUÑADAS.

Lidia, Astrid, Andrea, gracias por ser las hermanas que nunca tuve, gracias por su apoyo y cariño, y por formar parte importante de mi vida las quiero mucho.

A MIS SUEGROS:

Rigoberto Navas y Lorena de Navas, mil gracias por todo su amor y apoyo sin su ayuda no hubiera podido llegar hasta aquí, gracias por ser unos padres para mí y por todo ese deseo de lucha que han sembrado en mí, créanme que son un ejemplo para mi vida q dios los bendiga.

A MIS MEJORES AMIGAS.

Sandra Portillo, Karen Casasola, y Teresita Chacón, gracias por todo su apoyo y su inmenso cariño, han sido un gran ejemplo en mi vida las quiero mucho, a Alejandra Giraldo, nena gracias por confiar en mí para la realización de este proyecto y por la gran amistad que nos unido, que Dios las bendiga siempre.

A MI FAMILIA EN GENERAL.

Gracias a los que han sabido de alguna manera demostrarme su cariño y confianza gracias por creer en mí y ver que fui capaz de alcanzar uno de los tantos éxitos de mi vida...en especial a: Mario Alfaro gracias tío porque usted ha sido un segundo padre para mí ,gracias por todos sus consejos. Lo quiero mucho

ACTO QUE DEDICO
ALEJANDRA GIRALDO

A DIOS: por darme la vida y por estos años vividos, por la experiencia adquirida, la sabiduría que me ha dado, por haberme guiado y haberme dado la oportunidad de cumplir uno de mis sueños, por estar siempre en todo momento y alentarme a seguir adelante. **Abuelitos** por haberme dado el cariño que me dio las fuerzas para salir adelante, porque su experiencia y sabiduría fueron siempre una inspiración, porque su trabajo, disciplina y esfuerzo fueron ejemplo para seguir creciendo como persona. **Padres:** Porque gracias a su apoyo y consejo he llegado a realizar la más grande de mis metas. La cual constituye la herencia más valiosa que pudiera recibir y con la promesa de seguir siempre adelante. Sabiendo que no existirá una forma de agradecer una vida de sacrificio y esfuerzo, quiero que sientan que el objetivo logrado también es de ustedes y que la fuerza que me ayudo a conseguirlo fue su cariño y su dedicación. **(Hermanos):** Gracias por ayudarme cada día a cruzar con firmeza el camino de la superación, porque con su apoyo y aliento hoy he logrado uno de mis más grandes anhelos. **(Mafer):** porque desde su llegada fue otra etapa totalmente diferente, ya que su ternura y sencillez me hizo ver la vida de otra manera, es un pozo de sabiduría ya que todo lo imita y todo lo recuerda, cuando río, río con más fuerza que antes, lloro menos porque lo que antes me parecía una montaña, ahora sólo es un grano de arena, y me emociono más, y me hace más sensible hacia los problemas merece la pena por todo, con ella me río todos los días, casi todo en ella me hace gracia, pero sobre todo por ser tan inocente y cariñosa. **(AMIGOS):** por su apoyo, su compañía, sus buenos consejos y por estar siempre con una palabra de aliento cuando los he necesitado. **(Familia en general):** por estar siempre presentes en todo momento en mi vida, por aportar tanto conocimiento que me ayudo y me impulso a seguir adelante y lograr este sueño. **MIS AMIGAS: (Su, Pia, Adri, Deisy):** gracias por brindarme su amistad y estar en los buenos y malos momentos, por todas las cosas que pasamos juntas, pero sobre todo el apoyo y el cariño incondicional. **(Osito):** por aguantarme todos estos años y apoyarme en todo momentos, ayudarme y alentarme a seguir adelante y ser mi mejor amigo. **A MIS LICENCIADOS: Licda. Verónica Estrada de Figueroa y Lic. Marco Antonio Garcia,** que con dedicación, paciencia y esfuerzo me ayudaron a realizar uno de mis sueños y me transmitieron todos sus conocimientos con el objetivo de formarme como profesional y así poder servir como tal. **A esa persona que me enseñó que cuando se lucha con el corazón y por lo que realmente vale la pena, que llevo dentro de mi corazón, que me apoya, me ayuda y me enseñó a crecer como persona y como mujer en todos los ámbitos de mi vida y por darme la razón que el amor lo puede todo, gracias.** A todas esas personas que estuvieron conmigo en todos los momentos y que me apoyaron, me ayudaron con esos sabios consejos que me impulsaron a ser una persona de bien y cumplir con mis sueños.

"Mientras el río corra, los arboles hagan sombra y en el cielo haya estrellas, debe durar la memoria del beneficio recibido en la mente del hombre agradecido.

NÓMINA DE PADRINOS

POR DEISY ALFARO:

Mario Estuardo de León Ortega
Cirujano Dentista
Colegiado activo, No.1858

Verónica Estrada de Figueroa
Licenciada en Psicología
Colegiado No. 1529

POR ALEJANDRA GIRALDO:

Adriana Elizabeth Burmester García
Licenciada en Psicología
Colegiado activo No. 2779

Verónica Estrada de Figueroa
Licenciada en Psicología
Colegiado No. 1529

AGRADECIMIENTOS:

- A todos los Centros de Estudio que han contribuido a nuestra formación Profesional, Especialmente a la Universidad de San Carlos de Guatemala En donde aprendimos a tener conciencia social.
- A la señora directora Lucrecia Salazar de la escuela “José Felipe Flores” gracias por abrirnos las puertas de su institución y creer en nosotros para la realización de este proyecto.
- A la Licenciada Verónica de Figueroa gracias por su amistad y apoyo y por su asesoría en la realización de nuestro proyecto.
- Al Lic. Marco Antonio García, gracias por sus consejos y por regalarnos de su valioso tiempo y por estar ahí cuando corríamos a buscar su ayuda.
- A nuestros compañeros de promoción mil gracias por esos maravillosos años que convivimos juntos por su amistad y por todo su apoyo.

INDICE

Resumen	1
Prologo	2
Capítulo I	3
I Introducción	3
1.1 Planteamiento del Problema y Marco Teórico	4
1.1.1 Planteamiento del Problema	4
1.1.2 Marco Teórico	6
Capítulo II	36
2.1 Técnicas e Instrumentos	36
2.1.1 Técnicas	36
2.1.2 Instrumentos	37
Capítulo III	
3.1 Presentación de Análisis e interpretación de Resultados	38
Resultados	47
Análisis Cualitativo	47
3.1 Características del lugar y la Población	48
3.1.1 Características del Lugar	48
3.1.2 Características de la población	48
Capítulo IV	49
4.1 Conclusiones	49
4.2 Recomendaciones	50
Bibliografía	51
Anexos	52

RESUMEN

LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL AUTOESTIMA EN NIÑAS PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA ESCUELA JOSE FELIPE FLORES”

Deisy Roxana Alfaro

María Alejandra Giraldo

La autoestima es un conjunto de actitudes que dependen de las percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias conductuales dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y hacia los rasgos de nuestro cuerpo. En resumen, es la percepción evaluativa de uno mismo.

La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, no puede menos de afectar a nuestra manera de estar y actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás.

Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa a la influencia de la autoestima. La desintegración familiar es un hecho social que consiste en la ruptura progresiva o violencia de los lazos afectivos y materiales que hacen posible la vida familiar en armonía.

La desintegración familiar es uno de los problemas más agudos que viven las familias, y nuestro objetivo principal de elaborar este proyecto, es el de contribuir a desarrollar la salud mental de las niñas guatemaltecas.

En Guatemala, muchos educandos provienen de hogares desintegrados, donde generalmente, falta el padre debido a causas variadas. Para los maestros en particular y el sistema educativo en general los alumnos que provienen de hogares desintegrados se constituyen en un problema ya que muchas veces se caracterizan como líderes negativos, que distorsionan el proceso educativo a través de su necesidad de afecto y demandas de atención.

PRÓLOGO

Un gran número de niñas guatemaltecas presenta características de baja autoestima debido a la disfunción del núcleo familiar y ser procedentes de hogares desintegrados, lo cual repercute en el desarrollo de nuestro país. Ya que debido a patrones culturales, muchas veces en el futuro la mujer es la que tiene a cargo la formación y educación de los nuevos ciudadanos guatemaltecos.

Desde ya se puede ver como las niñas varían su estado de ánimo y sus comportamientos por la forma de introyectar patrones que observan en sus madres y que son compartidos y asimilados rápidamente en la infancia,

En general no existían programas que ayuden a la niña a poseer una autoestima adecuada. Por lo que consideramos importante dar a conocer diversas técnicas y procedimientos que ayuden a elevar su autoestima. Para ello presentamos la ***“LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL AUTOESTIMA EN NIÑAS PROVENIENTES DE HOGARES DESINTEGRADOS DE 11 A 14 AÑOS DE LA ESCUELA “JOSE FELIPE FLORES”***, la cual contiene ejercicios y actividades para que las personas que trabajen con niñas y mujeres, puedan proporcionar un material practico y adecuado. Y al mismo tiempo que las mujeres logren elevar su nivel de autoestima.

Para la escuela de Ciencias Psicológicas es importante ya que los estudiantes podrán tener otra herramienta que podrán utilizar en su trabajo con niñas y mujeres en los diversos centros de práctica y ayudaron así a elevar su autoestima que han ido perdiendo o que no han desarrollado durante su infancia.

Para el desempeño profesional es importante, ya que siempre vamos a estar en contacto con mujeres en nuestro lugar de trabajo, y a través del uso de métodos y técnicas específicamente diseñadas, podemos contribuir a que mejoren ciertos aspectos de su vida personal al poseer una alta autoestima.

Para Guatemala es importante contar con mujeres que se quieran, que se respeten, tengan confianza y seguridad en sí mismas, ya que serán mejores estudiantes, mejores madres, mejores trabajadoras, y mejores ciudadanas.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

En la actualidad en la Escuela Urbana para niñas “José Felipe Flores” asiste una gran población de niñas provenientes de hogares desintegrados de distintas edades, donde se les brinda educación, valores y principios para poder crecer en la vida, a excepción del tratamiento psicológico que es muy importante ya que le da las herramientas para enfrentarse tanto a la vida cotidiana como a situaciones difíciles que se puedan dar, no poseen el recurso dentro de la institución, el cual es de vital importancia ya que tiene un enfoque de recreación y no de rehabilitación, ya que la psicología es una alternativa científica que consiste en el tratamiento de modificar conductas por medio de técnicas, es por esto que se implementó una serie de ejercicios y actividades para elevar el autoestima en niñas provenientes de hogares desintegrados que sirvió para demostrar el valor que tienen como personas y lo importante que es quererse a sí mismas.

Este procedimiento consistió en que cada una de las niñas pueda darse cuenta lo que realmente tiene, que es lo que pueden hacer por ellas mismas y que son capaces de lograr, las metas que se propongan así como también lo importante que debe de ser para ellas el tener solo a mamá o solo a papá, por lo tanto, dentro de la escuela la niña recibe este tipo de ayuda psicológica la cual también proporciona el fortalecimiento de mayores relaciones afectivas construyendo a largo plazo una relación importante en términos de seguridad y confianza, mejoro la calidad de vida de las personas pero de igual forma se pudo aportar a problemas de comportamiento, trastornos de déficit de atención, miedos e inseguridades y otros problemas de aprendizaje escolar.

Esta es una respuesta a la necesidad de desarrollar alternativas pedagógicas, que favorezcan la integración social y que brinden la oportunidad para optimizar condiciones de vida.

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO

1.1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La desintegración familiar: es la desorganización que constituye una modalidad de desintegración, el rompimiento o descomposición de la unidad en los roles de sus integrantes, por su incapacidad de desempeñarlos en forma consciente y obligatoria además de ser un quebrantamiento de las necesidades primarias de cada uno de sus miembros. En la Escuela Urbana para Niñas José Felipe Flores se implementara una guía para elevar el auto estima en niñas provenientes de hogares desintegrados.

En la actualidad en la Escuela Urbana para niñas “José Felipe Flores” asiste una gran población de niñas provenientes de hogares desintegrados de distintas edades, donde se les brinda educación, valores y principios para poder crecer en la vida, a excepción del tratamiento psicológico que es muy importante ya que les da las herramientas para enfrentarse tanto a la vida cotidiana como a situaciones difíciles que se puedan dar, no poseen el recurso dentro de la institución, el cual es de vital importancia ya que tiene un enfoque de recreación y no de rehabilitación y la psicología es una alternativa científica que consiste en el tratamiento de modificar conductas por medio de técnicas.

Esto nos motivó el implementar este proyecto de investigación para elevar la autoestima en niñas provenientes de hogares desintegrados, logrando el descubrimiento de sus propias personalidades y valores en cada una de ellas, así como el descubrimiento de sus propias capacidades, virtudes y fortalezas. Esto a pesar de vivir en hogares desintegrados.

Al final del tratamiento psicológico se logro que las niñas tuvieran mejores relaciones afectivas con sus familiares y lograron construir relaciones confiables y seguras en su entorno familiar, tener solo a mama o solo a papa, por lo tanto, dentro de la escuela la niña recibe este tipo de ayuda psicológica la cual también proporcione el fortalecimiento de mayores relaciones afectivas que construyo a largo plazo una relación importante en términos de seguridad y confianza. Logro mejorar la calidad de vida de las personas pero de igual forma se pudo aportar a

problemas de comportamiento, trastornos de déficit de atención, miedos e inseguridades y otros problemas de aprendizaje escolar.

Esta es una respuesta a la necesidad de desarrollar alternativas pedagógicas, que favorezcan la integración social y que brinden la oportunidad para optimizar condiciones de vida

El problema planteado se abordó por medio de la observación ya que ayudo a extraer conclusiones, así como a construir puntos de vista personales acerca de cómo manejar el problema planteado, además se utilizaron ejercicios que sirvieron para indicar el desarrollo del tratamiento en las niñas a quienes se les brindo el mismo.

Se tomo como base para este estudio; teorías que lo respaldaron por ejemplo: Conductismo ya que controla las conductas de la persona, también a transmitir las pautas culturales, propicia la reproducción y cambio para la innovación.

Es por ello que en la instrucción que se dio logro que el estudiante, de la respuesta deseada cuando se presenta un estímulo.

Además tuvo un enfoque que se baso en la teoría sociocultural la cual promueve el desarrollo sociocultural e integral del alumno, ya que la educación es un hecho consubstancial al desarrollo humano en el proceso de la evolución histórico cultural del hombre. Los procesos de desarrollo no son autónomos de los procesos educacionales.

Este estudio se respaldo por la teoría cognitiva que se enfoca en desarrollar los procesos cognitivos de los estudiantes. Aprender a aprender, como también a la autorregulación del conocimiento. Las metas de la enseñanza consisten en cambiar al estudiante animándolo para que utilice las estrategias de aprendizaje adecuadas.

1.1.2 MARCO TEÓRICO

CONCEPTO DE AUTOESTIMA

El ser humano se percibe en el ámbito sensorial, piensa sobre sí mismo, siente en consecuencia emociones relacionadas consigo misma, todo lo cual evoca en él tendencias conductuales coherentes, con sus percepciones, pensamientos, evaluaciones y sentimientos. Así pues este conjunto de sentimientos, percepciones, evaluaciones, pensamientos y tendencias conductuales dirigidas hacia los rasgos de nuestro cuerpo y de nuestro carácter, configuran las actitudes que globalmente llamamos autoestima.¹

La autoestima como la vivencia psíquica es tan antigua como el ser humano, la historia de la autoestima como constructor psicológico se remota a William James a final del siglo XIX.

La autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debemos sentir por nosotros mismos y refleja el juicio de valor que cada uno de hace de su persona para enfrentarse a los desafíos de su propia existencia. Es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo y aceptación positiva de la propia identidad.

Considerada como actitud, es la forma habitual de percibirnos, de pensar, de sentir y de comportarnos con nosotros mismos. Implica además un adecuado sentido de seguridad de pertenencia, el dominio de ciertas habilidades de comunicación social y familiar y la probabilidad de ser útil y valioso para los demás.

FORMACIÓN DE LA AUTOESTIMA

La familia y la religión son fuentes fecundas de valores y principios sanos, sabios y prudentes pero también pueden serlo de culpabilidades malsanas. La mente infantil es fácilmente susceptible de ser programada por mensajes que

¹ Vicente Bonet, Jose. "Manual de Autoestima se amigo de Ti Mismo" Pag.17.

llegan a personas significativas para el niño. Por ello el nivel de autoestima tiene que ver mucho con la autoestima de los padres.

La autoestima se forma desde que el niño se fomenta el desarrollo de sus habilidades y capacidades, ganando un sentimiento de fuerza y de confianza interna, la autoestima se desarrolla por una continua interacción entre el individuo y el ambiente, lo que permite definir sus rasgos de personalidad y de sus papeles sociales como lo son las actividades de trabajo y de descanso. Es necesario el fomento de la autoestima desde que el individuo es niño ya que de esto dependerá su autoconfianza, auto respeto y principalmente el saber que es capaz de enfrentar los retos que la vida le impone.

Una característica de fundamental importancia es el concepto que se tiene de sí mismo, depende de las experiencias que se adquiere con las personas que lo rodean y de los mensajes que le comunican respecto a su valor como persona, es decir, que durante los 5 o 6 años de su vida, la autoestima del niño se forma exclusivamente en la familia.

El concepto de sí mismo que tenga una persona es en gran medida, producto de sus experiencias en el hogar, así como la identificación con sus padres, ya de adulto toda la responsabilidad y el derecho de estimarse está en manos del individuo, creer en la autoestima es creer en la convicción de que es capaz de vivir exitosa y felizmente y en la medida que la autoestima sea más alta, se está mejor provisto para luchar contra la adversidad de la vida, será más ambicioso, se tendrá más metas, aspiraciones personales, se tiene mayor deseo de ser productivo y de beneficiar a los demás con su productividad, además tendrá mayor desarrollo, uso de sus capacidades y potencialidades y principalmente organiza y emplea el tiempo sobre la base de mantenerse constantemente activo, desarrollando varias actividades de mejor forma posible.²

²IDEM Vicente Bonet, José. página 18

CONDICIONES BÁSICAS PARA LA AUTOESTIMA

Si el hombre debe conseguir y mantener la autoestima, el primer y fundamental requisito es el de conservar una inquebrantable voluntad de comprender.

El deseo de obtener claridad, inteligibilidad, comprensión de todo lo que cae dentro de su percepción, es el guardián de la salud mental humana, y el motor de su crecimiento intelectual.

La amplitud potencial de la conciencia humana depende del grado de su inteligencia, es decir, la amplitud de su capacidad abstracta. Pero el principio de la voluntad centrada en comprender sigue siendo el mismo sea cual sea el grado de inteligencia; exige la identificación e integración de lo que entra en el campo mental de la persona, hasta el punto máximo al que llegue su conocimiento y capacidades intrínsecos.

Desgraciadamente, esta es una actitud que se deja de lado o se corrompe en un estadio muy temprano de la vida de la persona; y esta se adapta a la sensación de vivir en un universo intangible, chocante y amenazador, dentro del cual es imposible tener confianza en uno mismo.³

Una de las cosas más importantes que debe aprender un niño es que las emociones no son una buena guía para la acción. El hecho de que sienta deseos de hacer algo no es una prueba de que debe evitar hacerlo. Las emociones no son instrumentos de cognición ni criterios para emitir juicios. La capacidad de distinguir entre el conocimiento y sentimientos es un elemento esencial en el proceso de madurez saludable de la mente. Es vital para conseguir y mantener la autoestima.

La autoestima requiere e implica la autoformación cognitiva, que se expresa por medio de la política de pensar, de juzgar, y de controlar los actos en consecuencia. Suprimir la autoridad de nuestra comprensión racional (sacrificar nuestra mente a favor de sentimientos que no podemos justificar o defender) supone suprimir nuestra autoestima.

³IDEM Vicente Bonet, José. Página 19

La razón es el elemento activo, iniciador del hombre, el proceso que debe generar volitivamente, las emociones son el elemento pasivo, reactivo, el producto automático de las integraciones subconscientes que, en un momento dado, pueden ser adecuadas o no en la realidad.

Juzgar la adecuación o validez de sus respuestas emocionales es una de las funciones concretas de la mente humana. Si desbanca la autoridad de su razón, si un hombre deja llevar pasivamente por unos sentimientos que no juzga, pierde el sentido de la autorregulación sobre su existencia: pierde el sentido que es esencial para la autoestima.

ESCALA DE LA AUTOESTIMA

Para poder conocer y desarrollar la autoestima, se siguen ciertos pasos a los que se llama la escala de la autoestima

AUTOCONOCIMIENTO:

Es conocer las partes que componen el yo, cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades, conocer por qué y cómo actúa y siente. Elementos que desde luego no funcionan por separado sino que se entrelazan para apoyarse uno al otro, el individuo lograra una personalidad fuerte y unificada.⁴

AUTOCONCEPTO:

Es una serie de creencias acerca de si mismo, que se manifiestan en la conducta.

AUTOEVALUACIÓN:

Refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si los son para el individuo, le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentirse bien, le permiten crecer y aprender.

Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como la forma de ser y sentir.

⁴ Izquierdo, Ciriaco "La Autoestima, Camino Hacia la Felicidad" Grupo Editorial Latinoamericano Paulinos
Primera Impresión, 2003 Bogotá Colombia. Página 45

AUTORESPETO:

Es atender y desatender las propias necesidades y valores.

AUTOESTIMA:

Si una persona se conoce, se acepta, se respeta a sí misma y está consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores, será capaz de desarrollar a plenitud sus habilidades físicas como mentales y obtendrá autoestima.

La frustración de las necesidades y valores hace al individuo vulnerable y alto de energía, lo que le impide el desarrollo normal de su persona. El yo social puede expresarse a través de los papeles que vive el individuo como hermano, amigo, padre, madre, vecino, etc. Solo una persona que se ame y respete será capaz de realizar todo su potencial, en un proceso que cada día lleva a su total realización.⁵

EFFECTOS DE LA AUTOESTIMA

FAVORECE EL APRENDIZAJE: la adquisición de nuevas ideas y aprendizaje está subordinado a nuestras actitudes básicas, de estas depende que se generen energías más intensas de atención y concentración.

AYUDA A SUPERAR LAS DIFICULTADES PERSONALES: cuando una persona goza de alta autoestima es capaz de afrontar los problemas que le sobrevienen, ya que dispone dentro de sí la fuerza necesaria para reaccionar.

FUNDAMENTA LA RESPONSABILIDAD: a la larga solo es constante y responsable el que tiene confianza en sí mismo, el que cree en su aptitud.

DESARROLLA LA CREATIVIDAD: una persona creativa únicamente surge a partir de la confianza en su originalidad y en sus capacidades.

ESTIMULA LA AUTONOMÍA PERSONAL: las personas que se sienten a gusto con ellas mismas, eligen sus metas, deciden qué actividades y conductas son significativas y asumen la responsabilidad de sus actos.

⁵IDEM Izquierdo, Ciriaco Página 52

POSIBILITA UNA RELACIÓN SOCIAL SALUDABLE: el respeto y el aprecio por uno mismo es sumamente importante para una adecuada relación con el resto de las personas.

COMO SE DETECTA LA BAJA AUTOESTIMA?

Existen distintas características o actitudes en las personas con baja autoestima, entre estas están:⁶

- Sensación de ser inútil e innecesario
- Sensación de no importar
- Incapacidad de disfrutar
- Pérdida de entusiasmo por la vida
- Se siente triste y desdichado frecuentemente
- No se considera aceptable físicamente
- Siente que no tiene amigos
- Se considera inferior a los demás
- Hipercrítico consigo mismo
- En estado frecuente de insatisfacción
- Se reconoce poco inteligente
- Miedo a desagradar
- Perder la estima y la buena opinión de los demás
- Híper-sensibilidad a la crítica
- Se siente fácilmente atacado y herido
- Indecisión crónica por temor a equivocarse
- Desesperanza
- Apatía
- Derrota
- Cesación de todo esfuerzo y finalmente redición
- Se siente incapaz de hacer las cosas sin la ayuda de nadie
- Culpabilidad neurótica por la que uno se acusa

⁶IDEM Izquierdo, Ciriaco. Página 53

- Condena magnificando los errores propios
- Perfeccionismo que conduce a un desmoronamiento anímico cuando las cosas no salen con la perfección exigida
- Pesimismo
- Depresión
- Amargura
- Visión negativa

Por desgracia existen muchas personas que pasan por la mayor parte de su vida con autoestima baja, porque piensan que no valen nada o muy poco. Estas personas esperan ser engañadas, pisoteadas, menospreciadas por los demás, y como se anticipan a lo peor, lo atraen y por lo general les llega.

Como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento. Así, aisladas de los demás se vuelven apática, indiferentes hacia sí mismas y hacia las personas que las rodean. Les resulta difícil ver, oír y pensar con claridad, por consiguiente tienen mayor propensión a pisotear y despreciar a los otros. El temor es un compañero natural de esta desconfianza y aislamiento. El temor limita, ciega y evita que el hombre se arriesgue a la búsqueda de nuevas soluciones para los problemas, dando lugar a un comportamiento aún más destructivo. Los sentimientos de inseguridad e inferioridad que se sufren las personas con autoestima baja, las llevan a sentir envidia de lo que otros poseen, lo que difícilmente aceptan, manifestándose con actitudes de ansiedad, miedo, agresividad y rencor, sembrando así el sufrimiento, separando los individuos, dividiendo parejas, familias, grupos sociales y aun naciones.⁷

⁷ Rodríguez, Mauro "Autoestima" Edit. El manual Moderno, S.A México, D.F. 1,990, 84 páginas.

RASGOS DISTINTIVOS DE LA PERSONA CON UN NIVEL BAJO DE AUTOESTIMA.

Frecuentemente se encuentran las personas que no se valoran lo suficiente. Se creen poseídos por un extraño fatalismo y permanecen obedientes y pasivos ante la fuerza de este destino. Sus talentos quedan enterrados, sin explotar. Esterilizan sus vidas por medio de esforzarse. En el otro extremo nos encontramos con algunos que creen, en el fondo que todo lo que hacen es perfecto. La menor crítica les entristece. Solo escuchan a los que les alaban. No quieren encararse con su limitación, huyen de ella y se refugian en el mito de la inocencia, en el sueño de perfección, en la imagen dorada que tienen de sí mismos. No aceptan las críticas, ni el error, ni su con natural imperfección; no quieren romper el ídolo de cristal que se han forjado.⁸

SENTIMIENTO DE INFERIORIDAD

Es la columna vertebral de la falta de confianza en uno mismo, la engendra y la alimenta. El sentimiento de inferioridad psicológica se manifiesta de modo distinto según los individuos, unas veces de manera temporal, otras de manera permanente. En este caso cuando se hace excesivo, invade la conciencia, se establece en ella para siempre y bloquea la realización de los proyectos; paraliza la actividad esgrimiendo el pretexto de la infancia de cualquier empresa y condena a la inactividad y al fracaso. De acuerdo con Adler, el sentimiento de inferioridad estaría en el núcleo de todas las Neurosis y podría generar todo tipo de conductas patológicas. El sentimiento de inferioridad de un motor negativo que sitúa y alimenta la pobre opinión que uno tiene de sí mismo. Se pasa el tiempo dando vueltas a sus defectos y los amplía.

Se considera poca cosa y poco interesante, sin talento, no está a la altura. Le obsesionan sus carencias y no deja vilipendiarse con pequeñas frases asesinas: no sirvo para nada, nunca lo conseguiré, soy incapaz.

⁸ IDEM Rodríguez, Mauro "Página 20

EL SENTIMIENTO DE DESANIMO

Juzgarse negativamente implica abordar cualquier empresa personal como si estuviera destinada de antemano al fracaso. Frente a la acción, usted se muestra derrotista, razona en términos de fracasos potenciales y no de triunfo probable. Es incapaz de examinar con atención las cosas, sopesar las ventajas y los inconvenientes. Para usted únicamente existen desventajas. Por lo tanto, toda realización, todo compromiso, se revela como problemáticos. El cambio y la responsabilidad le da miedo.

Esta tendencia a exagerar las dificultades potenciales lleva aparejado un sentimiento constante de tensión e inseguridad.

Si tiene un proyecto, se sume en la duda: lo hago, no lo hago, voy por ello, no voy por ello, estos momentos de indecisión, alimentan continuas cavilaciones sobre la evaluación de la situación y sus capacidades para afrontarla.

La desvalorización de uno mismo deja paso a una inhibición formulada en estos términos: e inútil hacer algo, si no se hace bien. Conecta con la certeza de que no merece la pena.⁹

EL SENTIMIENTO DE VERGÜENZA

La persona se avergüenza de:

- Sus temores ante la realidad, la vida, el cambio, el fracaso, los conflictos, los demás, su juicio, su imagen física: apagado, lastimoso, fracasado, mediocre, insignificante, corriente, execrable.
- Sus ideas: estúpidas, mediocres, penosas, banales, simples.
- Sus defectos: timidez, nerviosismo, susceptibilidad, disimulo, pereza, torpeza, indecisión, cólera contenida.
- Su emotividad: de ruborizarse, llorar, temblar, sobresaltarse, estremecerse, balbucear.

⁹ OP.CIT Rodríguez, Mauro Página 22

- Su vida miserable: Incluso le da vergüenza tener vergüenza.

La vergüenza surge cuando se tiene la certeza de que se está en las antípodas del ideal: nunca será ese ser perfecto que ha soñado. Esto se aplica a todo lo que ha realizado o no realizara jamás. Este sentimiento, instalado insidiosamente, se manifiesta a menudo en manifestaciones como: no valgo nada, no soy respetable, siempre me decepciono.

En definitiva se reprocha por no ser como es debido, no hacer lo que conviene y no conseguirlo hacer nunca.

Este constante sentimiento de falta se acompaña de una extrema severidad hacia sí mismo, una severidad que en ocasiones se acerca al desprecio. Las desviaciones o negligencias más mínimas se transforman en fechorías inexcusables.

La vergüenza se transforma rápidamente en culpabilidad con respecto a los demás. Se reprocha: no vale nada, le hace voluntad. Tiene remordimientos: se le dificulta asumir responsabilidades, no pueden contar para nada con se convierte en juez y acusador en un tribunal, sin abogado que le defienda.¹⁰

EL SENTIMIENTO DE ANSIEDAD

La mayoría de las situaciones imprevistas a las que las personas se enfrentan tienen un elemento común: la ansiedad que se suscitan. Efectivamente, implican una doble amenaza: por una parte, el peligro, las trampas que presiente: por otra parte, su incapacidad para controlarlas. Hay que diferenciar con claridad el acontecimiento que desencadena la reacción de ansiedad (el estresante) que es exterior a usted mismo, de la propia ansiedad, que es la reacción del organismo y se produce en su interior. La ansiedad es una aprensión invasora, poco controlable ante los acontecimientos concretos que, con frecuencia, le sobreviven

¹⁰IDEM Rodríguez, Mauro Página 28

de improviso, ante los cuales hay que adaptarse y, en general, responder con rapidez. Si consideramos solo la vertiente negativa de la ansiedad, sus repercusiones se manifiestan en varios niveles en constante interacción:

En el cuerpo, malestar con taquicardia, sensación de ahogo, tensiones musculares, voz temblorosa, rubor, gestos más bruscos;

En el comportamiento, desorganización con aparición de conductas de huida o de inercia;

En el pensamiento, confusión con dificultades para agrupar las ideas, para razonar y concentrarse.

Surge por la certeza de que nada le suscita admiración ni le despierta afecto y traduce el miedo a ser juzgado por los demás. Cuando no alimentamos ilusiones sobre nosotros mismo, tampoco alimentamos ilusiones sobre los sentimientos de los demás hacia nosotros. Se juzga poco susceptible de ser querido, está seguro de que los demás piensen igual que uno mismo. Por lo tanto tiene tendencia a sentirse criticado o rechazado con facilidad. Se siente herido por cualquier nimiedad.

Desarrolla una extrema sensibilidad hacia la menor observación, porque contribuye a reforzar todos sus aspectos que considera negativos.

No quita ojo a las reacciones de los demás, se mantiene siempre en guardia, esta vigilancia comporta dificultades para trabajar las relaciones, a menos que tenga la certeza de ser aceptado sin crítica.

En la mayoría de las ocasiones, l misma persona se excluye.

La excesiva sensibilidad roza la susceptibilidad, pero la persona nunca muestra lo que siente por miedo a parecer ridículo. Así pues, lleva una careta, desempeña un papel y sufre.¹¹

AUTOESTIMA ALTA

Una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; siente que es importante, tiene

¹¹ Pelayo García y Ramón Gross. Diccionario Enciclopédico Larousse Usual. Primera Impresión, 2003 Bogotá Colombia. Página 56

confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso.

Al apreciar debidamente su propio valer está dispuesta a aquilatar y respetar el valer de los demás; por ello solicita su ayuda, irradia confianza y esperanza y se acepta totalmente a sí misma como ser humano. La autoestima alta no significa un estado de éxito total y constante; es también reconocer las propias limitaciones y debilidades y sentir orgullo sano por las habilidades y capacidades, tener confianza en la naturaleza interna para tomar decisiones.

En verdad que todo ser humano tiene momentos difíciles, cuando el cansancio de abruma, los problemas se acumulan y el mundo y la vida le parecen entonces insoportables. Una persona con autoestima alta toma estos momentos de depresión o crisis como un reto que pronto superara para salir adelante con éxito y más fortalecida que antes, ya que lo ve como una oportunidad para conocerse aún más y promover cambios.

LA FAMILIA.

En la excepción científica social, “la familia es el conjunto compuesto por un matrimonio y sus hijos” la familia es el núcleo básico de la sociedad y se le considera como una institución, cuyos miembros poseen roles diferentes claramente definidos. La cabeza de la familia son los padres y tienen la responsabilidad de brindar seguridad, economía, educación y afecto.

Los hijos deberán atender a estos gastos considerados nobles por la sociedad, con su rendimiento positivo en la escuela y su vida personal.

La familia representa un factor importante, y de todo ser determinan en la vida de todo ser humano; es allí donde adquiere confianza para enfrentarse a la sociedad. El hogar en muchos casos, no llena su cometido y los padres no cumplen con sus responsabilidades. Esto da como consecuencia conductas anormales en los adolescentes.

Es la unidad organizada más pequeña de una sociedad, cuyas funciones giran alrededor del enfrentamiento de las necesidades ordinarias del grupo familiar tale como las subsistencia, vestuario y vivienda, así como las actividades a que

socialmente está obligada según la estructura de la sociedad a que pertenezca, y en este plano juegan un papel sumamente importante, ya que se convierte en un transmisor de los patrones sociales importantes.

Es entonces, un célula social cuya organización y funcionamiento se ha determinado por el momento histórico de la sociedad a la que pertenece, transmitiendo las condiciones generales de esta a las nuevas generaciones, si tomamos en cuenta que toda sociedad está regida sobre una base económica, es obvio que la familia está sujeta a la ideología correspondiente a la organización económica imperante; por ende la organización social en que se desenvuelva.¹²

Es una institución organizada por un grupo de personas que se relacionan en un lugar determinado y que a ellas están ligados por vínculos afectivos, consanguíneos y civiles.

La familia es “una estructura básica que se configura por el Inter -juego de roles diferenciados (Padre, Madre, Hijo), el cual constituye el modelo natural de interacción grupal”. Para la mejor comprensión de este concepto “caracterizaremos a la familia como un núcleo de personas que conviven en un determinado lugar durante un lapso prolongado y que están unidas o no por lazos consanguíneos.

Este núcleo se halla relacionado con la sociedad, que le imprime una cultura y una ideología particulares. A la vez, la sociedad recibe de Este núcleo influencias específicas”.

LAS FUNCIONES DE UNA FAMILIA PUEDEN SER:

- Continuidad de la especie.
- Manutención de sus miembros.

¹² Porot, Maurice. “La Familia y el Niño”, editor Luis Miracle, Barcelona, 1955, página 29

- Cuidado de niños.
- Cuidado de ancianos.
- Socialización.
- Un grupo de personas con ancestros comunes.
- Una pareja casada con hijos o sin ellos.
- Una pareja no casada con hijos.
- Una persona con hijos.

PODEMOS CITAR ALGUNOS TIPOS DE FAMILIA ENTRE LOS QUE ENCONTRAMOS:

- **Matriarcal:** que se funda y cerca del lugar de donde proviene la esposa o donde vive la Familia.
- **Patriarcal:** se forma cuando la nueva pareja hace su casa cerca de la familia del esposo.
- **Neo Local:** Cuando la pareja hace su casa lejos de las familias de los dos.
- **Seudomutual:** es una familia en donde todo es a medias, no aceptan sus roles, buscan quienes los haga, no desempeñan el papel que les corresponden.
- **En la familia normal:** se tiene que dejar constancia de que las variaciones culturales introducen un elemento de considerable complejidad.

En esta familia la pareja acepta su rol, se sienten cómodos con él, ambos se aman y se respetan. Proporcionan un frente parental unido a sus hijos.

“Esta familia normal podrá tener un hijo o varios y ser acaudalada o de escasos ingresos, pero sus rasgos importantes son que los padres están unidos

por un fuerte vínculo, que sus hijos les gustan y que son capaces de proporcionar una administración paternal y consistente a estos niños en cualquier edad.”¹³

- **Familia de doble vínculo:** en este tipo de familia los padres viven experiencias repetidas con los hijos, secuencias de acontecimientos orales o no, los adultos imponen al niño estructuras en nombre de este modo de comunicación.

Mensajes incongruentes, que contienen restricciones concomitantes. Aunque verbalmente adopten una forma liberal, una apariencia libre de elección, dejan traslucir una incertidumbre en cuanto a las consecuencias (premio o castigo) cuando los deseos de los padres son transgredidos.

- **Invertida:** esta familia es una especie de matriarcado donde la madre es la autoridad absoluta en el hogar. Las responsabilidades de la madre son grandes y las cumple con una determinación un tanto sombría.

El papel del padre es secundario en el hogar y gran parte de sus actividades las dedica fuera de la familia.

- **Sesgó Conyugal:** la conducta de sus miembros en la sociedad es ejemplar, sus lazos afectivos son muy fuertes, les interesa mucho la crítica social, el qué dirán, quedar bien con la gente, dentro de la familia la agresividad es permitida.

- **Cisma Conyugal:** Aquí la afectividad no existe, están unidos por intereses económicos religiosos y sociales son familias muy duraderas pero los niños crecen con carencias afectivas.

- **La familia pseudomutual:** en este tipo de familia la comunicación y iteración se hayan desunidas y fragmentadas (las presiones ejercidas para conservar esta fachada no consiguen sino aumentar la ausencia de relaciones verdaderas y

¹³ IDEM Porot, Maurice. Página 32

significativas), esconden sentimientos desagradables, deseos terroríficos y propensiones amenazadoras.

- **Familia Hiperemotiva:** en esta familia los padres y los niños por igual, dan rienda suelta a sus emociones. Una pequeña provocación basta para crear una perturbación emocional y todos los sentimientos se expresen libremente. En los hijos nacidos en esta familia su ajuste emocional puede ser adecuado con individuos similares, pero cuando entran en contacto con otras personas, cuyos antecedentes son más maduros y no reflejan esta perturbación Emocional, no-se podrán ajustar cómodamente.¹⁴

- **Familia Agotada:** este tipo de familia es donde ambos padres viven ocupados en actividades de afuera que a menudo son financieramente remunerativas, pero dejan el hogar completamente estéril.

Los padres se cansan, viven agotados e irritables y empiezan a demandar de sus hijos la misma sombría dedicación al trabajo que ellos tienen.

- **Familia serena e Intelectual:** en esta familia los padres son intelectuales, pero Extraordinariamente inhibidos en la expresión de sus emociones. Muchas veces este tipo de padres tienen mucha educación y cada cual se dedica a sus propios intereses intelectuales.

- **Familia Ignorante:** en este tipo de familia prevalece el amor ya sea por medio de prejuicios, estrechez de criterios; la característica primordial es la falta de conocimientos generales sobre todo lo que los rodea, lo cual hace que sus hijos adquieran un concepto errado del mundo y las personas. Sin embargo, no presentan dificultades, hasta que salen del medio que fueron creados.

¹⁴ IDEM Porot, Maurice. Página 33

- **Familia disfuncional:** las familias disfuncionales generalizan y envían mensajes inconclusos, utilizando los pronombres en forma poco clara; en consecuencia la familia disfuncional no ha aprendido a comunicarse en forma adecuada.

Dentro de las familias también encontramos conflictos mucho más frecuente de los que podemos imaginarnos, algunos de estos llegan a extremos muy lamentables como por ejemplo:¹⁵

Violaciones de los derechos de los miembros de la familia, violencia intra familiar, infidelidad entre otros, una solución importante que en la actualidad ha servido para disminuir este fenómeno de violencia es El Divorcio o las Separaciones paternas las cuales son un punto importante en las familias incompletas, este se ha convertido en un hecho social, cada año el número de este fenómeno aumenta un 6 % más o menos, las causas de este crecimiento son varias entre las que encontramos: sociales, económicas, culturales y religiosas, la excesivamente rápida evolución de los papeles masculino y femenino, en la sociedad es así mismo responsable de ello, el número de niños afectados es muy elevado, aunque éste posee la ventaja de que la mayoría de padres divorciados ya no se halla en una situación excepcional y por lo tanto anormal, raras veces el niño se mantiene fuera de las desavenencias, habitualmente participa de ellas activa o pasivamente, los efectos de esta situación son variables debido a la situación, en el mejor de los casos el niño conserva a ambos padres, pero sus papeles respectivos sufren varias modificaciones, en la mayoría de los casos la madre obtiene la custodia legal de los niños, mientras que el padre se sitúa a distancia y se desvaloriza, en el peor de los casos uno de los padres puede desaparecer totalmente, y el que queda con el niño solo le da informaciones parciales y en algunos casos solo factores negativos del ausente.

¹⁵ "Código Civil de Guatemala". Guatemala, julio 1984. Página 18

Según el código civil en el artículo 155 refiere que las causas para obtener el divorcio son:

- La infidelidad de cualquiera de los cónyuges.
- Los malos tratamientos de obras.
- Las riñas y disputas continuas.
- Las injurias graves y ofensas al honor.
- La conducta que haga insoportable la vida en común.
- El atentado de uno de los cónyuges contra la vida del otro o de los hijos.
- La separación o abandono voluntario.
- El hecho de que la mujer dé a luz un hijo concebido antes de la celebración del matrimonio siempre que el marido no haya tenido conocimiento del embarazo antes del matrimonio.
- La incitación del marido para prostituir a la mujer o corromper a los hijos.
- La negativa infundada de uno de los cónyuges a cumplir con el otro o con los hijos comunes, los deberes de asistencia y alimentación al que está legalmente obligado.
- La disipación de la hacienda doméstica.
- Los hábitos de juego o embriaguez o el uso indebido y constante de estupefacientes, cuando amenazaren causar la ruina de la familia o constituyan un continuo motivo de desavenencia conyugal.
- La denuncia de delito o acusación calumniosa hecha por un cónyuge contra el otro.¹⁶
- La condena de uno de los cónyuges en sentencia firme, por delito contra la propiedad o cualquier otro delito común que merezca pena mayor de cinco años de prisión.

- La enfermedad grave, incurable y contagiosa perjudicial al otro cónyuge o a la

¹⁶ OP.CIT. "Código Civil de Guatemala". Página 20

Descendencia.

- La impotencia absoluta o relativa para la procreación, siempre que por su naturaleza sea incurable y posterior al matrimonio.
- La enfermedad mental incurable de uno de los cónyuges que sea suficiente para declarar la interdicción.
- Asimismo es causa para obtener el divorcio la separación de personas declarada en sentencia firme.

La desintegración familiar también influye en los trastornos emocionales en el niño que se encuentra limitado de orientación, comprensión y amor por parte de los padres tienden a convertirse en niños inseguros, rebeldes, tristes, agresivos con problemas en sus relaciones interpersonales.

Algunos patrones de conductas de los matrimonios, pueden influir en la desintegración familiar tales como: la pareja parental está ausente, por ser padres separados, divorciados, fallecidos, padres de comportamiento nefasto sin domicilio fijo, viven amancebados, existen graves disputas o no se ocupan en absoluto de los hijos. La ausencia del padre se caracteriza por estar fallecido, demente, contraído nuevas nupcias y no tiene contacto con su antigua familia, es nefasto cuando se presenta mala conducta por ser delincuente, reincidente penal, alcohólico crónico, desde el punto de vista afectivo es nefasto por ser demasiado autoritario, demasiado débil, no se ocupa de los hijos. La ausencia de la madre se caracteriza por estar fallecida, demente, contraído nuevas nupcias, la madre es nefasta por su ejemplo al vivir amancebada, ser delincuente, con reincidencia penal, conducta notoriamente ligera, prostituta, alcohólica, nefasta desde el punto de vista afectivo al ser demasiado autoritaria, demasiado débil o por no ocuparse de los hijos.

Existen otros factores sociológicos de la desintegración familiar que son totalmente independientes de la personalidad de los padres tales como: producto de las guerras, calamidades, pobreza, viviendo en tugurios, migración a otro país.

El hijo de madre soltera, en este caso ella tiene que asumir su culpa en la mayoría de los casos desde hace aproximadamente 15 años la población de niños

de madres solteras ha aumentado considerablemente, evidentemente en esta situación la madre es rechazada por su compañero y en algunos casos ella también rechaza al niño.

LA FAMILIA GUATEMALTECA.

Para estudiar un tema como este en la realidad guatemalteca, hay que tomar en consideración dos periodos bien marcados en la historia. No por el mero hecho de complicar su estudio sino para entender claramente la estructura familiar establecida en el pueblo de Guatemala.

Los periodos históricos a que se hace referencia son: El periodo Prehispánico y el posterior, que se refiere a la época después de la conquista.

Las consecuencias que se desprenden del hecho de la conquista española sobre la civilización indígena preexistente en el territorio centroamericano son imposibles de apreciar en su completa cabalidad, sobre todo cuando van ya más de quinientos años de colonización del conquistador y sus descendientes sobre los representantes de esa civilización que todavía quedan viviendo, al imponer una dominación sobre otros continentes, los países europeos elaboraron un sistema de justificación ideológica (ideología dominante) que dejó huellas profundas en la vida social de los pueblos dominados.¹⁷

Esta ideología está representada en todos los términos peyorativos que se encuentran en todas las crónicas del tiempo de la conquista y colonial, es decir términos con que se designan a los nativos de estas tierras tales como: animal, salvaje, barbaros, politeístas, paganos, infieles, no civilizados o bien una civilización decadente y resumidos todos en un término englobado "Indígena".

CARACTERISTICA DE LA FAMILIA GUATEMALTECA.

"La familia guatemalteca es un complejo de relaciones biológicas, jerárquicas, sociales y condiciones económicas, valores éticos y religiosos, que

¹⁷ Horton, Paul V. "Sociología". Editorial Mc. Graw-Hill, México, 1988. Página 206

está integrada por dos personas, sus hijos, compadres, parientes consanguíneos colaterales”.

El matrimonio produce una gran variedad de tipos familiares, pero todos actúan por impulsos fundamentales y constantes de la naturaleza y la vida humana y se rigen por valores permanentes, por ello a pesar de esa variedad se puede hablar de sus características en general siendo las principales:¹⁸

- Una forma de matrimonio o constitución equivalente de mutuo acuerdo con lo cual se establece y se mantiene la relación sexual.
- El establecimiento de deberes y derechos entre los padres y entre estos y sus hijos.
- El establecimiento de un hogar.
- Transmisión de los patrones culturales y características de la clase social a que se pertenezca.

Estas características se dan en la familia guatemalteca, pero además la familia indígena y ladina se distingue perfectamente por sus especiales características.

La familia ladina al formarse constituye un nuevo hogar, lo que quiere habitar otro lugar diferente al que procede cada uno de los conyugues reconociendo el vínculo de su respectiva familia, aunque abundan los casos en que durante algún tiempo los nuevos esposos viven en la casa de los padres, cosa que sucede especialmente en los matrimonios demasiados jóvenes y en los que realizan por necesidad o por guardar apariencias ante la sociedad.

La familia ladina es menos numerosa, esto no solo porque la tasa de natalidad es más baja, sino porque la presión del medio urbano reduce el hogar, por sus hábitos de vida, su presión económica, etc. En cambio en la familia indígena la pareja va a vivir al hogar del varón cuya familia absorbe a la mujer; la descendencia y la herencia la computan atreves de los varones. El número de miembros que la integran es mayor que el de la familia ladina, teniendo una tasa de natalidad más alta que esta. La familia indígena conserva muchas

¹⁸ Muños Ismael “Como Restaurar La Familia” Ediciones América. San marcos Noviembre de 1,997. 280 págs.

características del clan y del patriarcado y por ello conviven en una misma casa, parientes cercanos.¹⁹

HOGAR INTEGRADO.

Para poder delimitar lo que es un hogar integrado, es necesario en principios, establecer los elementos que lo conforman: las personas (Los padres) y la unión que entre ellos se establece (Matrimonio, unión de hecho etc.) de los cuales va a derribar la familia y su interacción o dinámica.

Dependiendo de la integración que logren los conyugues al instaurar su unión, así será dinámica que lleguen a establecer; esta integración va en relación directa con las características tanto biológicas, sociales como psicológicas que estén dispuestos a compartir las satisfacciones básicas que buscan al relacionarse; la seguridad, afecto, compañía, la satisfacción sexual y una familia.

Según el grado alcanzado en el logro de las satisfacciones básicas de la unión establecida, de la buena interrelación entre los conyugues e hijos, y de la consecución de una posición social y económica que satisfaga las necesidades perentorias del núcleo familiar, se podrá establecer la clase de hogar que forma determinada unidad familiar. Cuando todas las necesidades están cubiertas por sus satisfacciones correspondientes y no se presenta ningún problema insuperable, se puede hablar de un hogar integrado.

Es necesario, para que se establezca la buena integración, la existencia de cierta comunidad de motivaciones, que no tienen necesidad de ser idénticas pero si convergentes y que ligan a cada individuo al grupo.

- 1- La integración del objetivo común
- 2- La atracción de la acción colectiva, a condición de que los sujetos tengan en el grupo un papel que les permita desplegar sus capacidades y que tengan el sentimiento de participar en una acción que tiene éxito.
- 3- La atracción del grupo en sí mismo, en la medida en que proporcione a los sujetos un sentimiento de seguridad.

¹⁹IDEM Muños Ismael 280 págs.

- 4- La atracción de todos los miembros del grupo entre sí, condicionada por una serie de factores ligados a la estructura del grupo y a las afinidades personales.²⁰

La unión de todos los factores y necesidades esbozados anteriormente tipifica lo que es un hogar integrado en términos generales; pero específicamente, las características que lo identifican son:

- 1- Estructura, cuadro social estable.
- 2- Interacción, que sus comportamientos se influyen recíprocamente (la acción de uno sirve de estímulo para el comportamiento del otro y a su vez, la respuesta del último sirve de estímulo para el primero).
- 3- Permanencia, en espacio y tiempo, con un objetivo común.
- 4- Biológica, satisfacción de todas las necesidades de sus miembros.
- 5- Social, interacción comunicación y socialización.
- 6- Psicológica, integración, y satisfacción de las necesidades de seguridad, afectividad, compañía y pertenencia.
- 7- Económicas, estatus económico, dependiendo de su clase social.

DESINTEGRACIÓN FAMILIAR.

Una familia que pierde a alguno de sus miembros por cualquier actor situacional, se convierte en un familia desintegrada, esto incluye el divorcio, el abandono, muerte, separación, etc. Todos estos elementos antes descritos, implica que dentro de la psico dinámica familiar, se rompan esquemas establecidos. Es de vital importancia asumir que la ausencia total o parcial de las figuras paternas, agudiza una serie de problemas en los niños. La cohesión de la familia se ve expuesta y los niños proyectan sus problemas en la vida personal a través de sus interacciones.²¹

La desintegración familiar ocasiona problemas en el niño de edad escolar ya que este no puede centrar su atención en el proceso educativo.

²⁰IDEM Muños Ismael 280 págs.

²¹ Barrios, Dora Elizabeth "Código de Menores y su Aplicación en el Medio Guatemalteco" Págs. 1-3

Refiriéndose a la falta total de uno o los dos conyugues ya sea por defunción o una separación de la madre y/o padre, en que las circunstancias no les permitan establecer una relación directa y constante con el núcleo familiar restante.

Es una falta parcial de uno de los dos conyugues como debido a la situación económica, social, cultural, etc. Permanecen ausentes la mayor parte del tiempo, estableciendo escasa relación con sus hijos, creando con esto una mala interacción familiar. Esto puede darse, aunque legal y aparentemente la familia no se considere destruida, así como en los casos en que a pesar del esfuerzo de los conyugues por aparentar un hogar unido, se enfrentan a problemas como el alcoholismo, otros vicios y males sociales.

Hay otro tipo de hogar que tienen es considerado como desintegrado, esto es cuando uno de los conyugues ya sea por divorcio, separación o disfunción, es sustituido por otro que no es el progenitor verdadero. La relación afectiva del niño con sus padres sustitutos o adoptivos se caracteriza por emociones negativas que afectan la interacción entre ellos, ya que se considera al padre adoptivo como un instrumento indeseado en el círculo familiar, creándole al niño conductas de resentimiento, agresividad e incluso inseguridad. Esta reacción conductual del niño afecta la dinámica familiar ya que a medida que este crece, las dificultades de interacción con los miembros del grupo aumentan.

En Guatemala, muchos educandos provienen de hogares desintegrados, donde generalmente, falta el padre debido a causas de abandono o sesgo matrimonial. Para los maestros en particular y el sistema educativo en general los alumnos que provienen de hogares desintegrados se constituyen en un problema ya que muchas veces se caracterizan como líderes negativos, que distorsionan el proceso educativo a través de su necesidad de afecto y demandas de atención, que en los casos más extremos les permite vincularse a maras, pandillas, etc. Que muchas veces se dedican a manifestar su incomodidad y falta de satisfacción con ellos mismos, con su familia o con la sociedad en general realizando actos de violencia o delincuencia.²²

²² Genovard. C, "Problemas Emocionales en el Niño", editorial Herder, Barcelona 1982. Pág. 36

FACTORES QUE FAVORECEN LA DESINTEGRACIÓN

Los factores más comunes y que han contribuido a la ruptura familiar son de diversa índole, en lo económico se encuentra la falta de empleo, la pobreza extrema y el ocio; en lo afectivo, la falta de amor entre la pareja o cualquiera de sus integrantes, los vicios y la desviación de costumbres; en lo cultural, la falta de escolaridad, educación y buenos modales.

Debido a todo ello, los investigadores consideran que los integrantes de una familia se ven obligados a buscar la forma de satisfacerse, tomando a sí una posición individualista y, por ende deteriorando los lazos afectivos y físicos que los une.

LOS EFECTOS EN LOS HIJOS

Los niños víctima de la desintegración familiar tienen características propias que los diferencian de otras, en lo general poseen una autoestima muy baja, son inseguros, se aíslan y con frecuencia los sentimientos de abandono y de inferioridad los acompañan en su vida futura.

La autora Ferráez sustenta que también experimentan fuertes traumas psicológicos, puesto que no logran asimilar del todo el hecho de que sus padres no los volverán a atender como antes, no convivirán igual, y no le brindaran la confianza y apoyo que él necesita.²³

LAS FORMAS DE DESINTEGRACIÓN

Como ya se ha mencionado, la desintegración es uno de los principales factores que atañe al núcleo de la sociedad; existen diversos tipos de desintegración, los cuales se muestran en los puntos siguientes.

²³IDEM Genovard. C, Pág. 45

ABANDONO

Se da cuando alguno de los padres decide dejar el hogar, debido a que no se siente feliz y tiene otras expectativas en la vida, o porque el ambiente está muy tenso, predomina la discordia y no hay armonía, por lo cual no pueden seguir Juntos y tampoco por el supuesto bien de los hijos, ya que los daña mucho más.

DIVORCIO

Se ha definido como el vínculo familiar que se rompe entre la pareja, ya sea por decisión de alguno de ellos o por común acuerdo; para divorciarse se deben presentar ante las autoridades de Registro Civil, encargadas de dictaminar en que término se disolverá la unión y los derechos u obligaciones que cada uno de los padres tendrá con los hijos, si hubiese.

ABANDONO INVOLUNTARIO

Se da cuando alguno de los padres, por enfermedad o muerte deja el hogar, es decir, no es deseado y es inevitable.

Los efectos causados en los niños por este tipo de desintegración son diferentes a los de las otras formas; en los hijos varones de seis a nueve años de edad la muerte de su padre se le crea un aspecto negativo mayor, pero de menor intensidad comparados a los del divorcio o el abandono.

DESINTEGRACIÓN FAMILIAR ESTANDO LA FAMILIA JUNTA

Estos casos se caracterizan por las relaciones conflictivas que establecen sus miembros, dando origen a celos, temores y fricciones permanentes.

Frecuentemente ese tipo de familias son incapaces de planear y realizar tareas, y resolver los problemas juntos; expresan conflictos extremos que no tienen la habilidad de comunicarse con el resto de la familia, lo cual priva al niño

de un ambiente armonioso y estable, brindándole un atmósfera hostil que obstaculizará su crecimiento psicológico.

En la actualidad resulta más fácil aceptar un divorcio que permanecer en un matrimonio infeliz, que sólo dañara la autoestima de los esposos y de los hijos.²⁴

FAMILIA CON AUSSENCIA DE PADRE:

Por todos es reconocido que el padre “presenta una autoridad dentro del hogar” y que la imagen de identificación que los niños tengan con la figura paterna se constituye en un factor clave para su seguridad como persona y su adaptación en la vida adulta. En Guatemala, existen hogares donde falta la figura paterna muchas mujeres se constituyen en madres solteras producto del abandono total o parcial del padre, ya sea consecuencia de separación, abandono o porque buscan estabilidad económica y emigran hacia otros países, principalmente a los estados unidos de Norteamérica. Los hijos quedan al cuidado de la madre o en otros casos al cuidado de una madre sustituta, así como otros familiares: las necesidades que el niño posee y que y en su esencia no llenan el vacío que ocasiono la ausencia del padre.

“El desequilibrio entre afecto y disciplina puede ser causa de trastornos de personalidad, con magros resultados en el proceso de enseñanza aprendizaje” esto podría entenderse de la manera siguiente; si durante el proceso evolutivo del desarrollo del niño sufrió de algún síndrome de deprivación afectiva y no logro la identificación con sus progenitores, el desarrollo de la personalidad en algún momento podría estar caracterizado por rasgos de tipo antisocial, que de alguna manera implican la falta de aceptación de normas sociales y conflicto con figuras de autoridad, desencadenando un proceso des adaptativo con reacciones de agresividad y rebeldía.²⁵

²⁴IDEM Genovard. C, Pág. 52

²⁵IDEM Genovard. C, Pág. 54

LA FAMILIA CON AUSENCIA DE LA MADRE:

La mujer dentro de la sociedad guatemalteca ocupa un papel significativo e importante. Se le condiciona socialmente para la maternidad y asumir el rol de niñera, educadora, enfermera, amiga, etc.

“la madre es significativa con el amor y el afecto, además q biológicamente concibe a la especie humana, mantiene contacto íntimo con los hijos desde la gestación hasta la etapa donde el individuo se siente más independiente”.

La ausencia de la madre en una edad temprana se considera trauma en la vida de todo individuo, ya que mantienen un proceso de interdependencia y además el individuo no tiene la capacidad para aceptar y entender el proceso de separación, lo cual repercute a nivel de su conducta, afecto y por extinción influyen en su rendimiento escolar.

En la actualidad muchas madres también buscan independencia económica y dejan a su familia al cuidado de otra persona para incorporarse al mercado de trabajo, en pos de mejores condiciones de vida para su núcleo familiar.

CAUSAS DE DESINTEGRACIÓN FAMILIAR.

Es muy importante la necesidad de madurez emocional como factor determinante para mantener la integración familiar; la madurez o sea el grado de responsabilidad que se aporte dentro del equipo personal, en las uniones conyugales es indispensable, porque de ello dependerá en gran parte la capacidad de comprensión que se tenga para resolver los múltiples problemas que surgen en el hogar y posteriormente de las actitudes de los padres dependerán las que en el futuro tengan los hijos frente a su propio hogar.²⁶

Algunos de los factores económicos y sociales que repercuten sobre la vida Familiar y favorecen su desintegración:

²⁶IDEM Genovard. C, Pág. 58

DE ORDEN ECONÓMICO:

Inseguridad económica como consecuencia de:

- Falta de ingreso, insuficiente o mala administración de este.
- Desempleo
- Alto costo de la vida
- Insuficiente protección a los trabajadores
- Trabajo de la mujer fuera del hogar
- Éxodo rural
- Trabajo de menores

DE ORDEN SOCIAL.

En relación a la constitución y estabilidad de la familia:

- Concubinato y matrimonio de hecho
- Ilegitimidad y madre soltera
- Irresponsabilidad paterna
- Divorcio
- Orfandad

LA INSTITUCIÓN ESCOLAR.

Está considerada como la encargada de formar e instruir conocimientos prácticos y teóricos a los individuos inmersos dentro de un sistema social “ a partir de los 10-12 años, se observa un cambio de escolarización, que puede variar según cada país, ya que exige del individuo el desarrollo de su potencial intelectual, pues es en esta etapa donde se estructura el pensamiento formal. El niño pasa de tener un profesor único a disponer de uno para cada materia” en Guatemala el cambio sucede al ingresar al ciclo básico (ciclo de cultura general), por lo que el alumno tiene que adaptarse a una serie de situaciones que anteriormente no habían requerido su atención ya que muchas veces provoca desequilibrio en el alumno.

BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR.

Se acepta que el bajo rendimiento escolar es un proceso que se caracteriza por una escasa asimilación en el proceso de enseñanza-aprendizaje, que se manifiesta y se hace latente en su record cualitativo y cuantitativo. El bajo rendimiento escolar consiste en reprobado materias y grados, va acompañado de un record negativo al ser evaluados que en los contenidos que integran los programas de estudio en este país.

El bajo rendimiento escolar se mide por las notas que los alumnos obtienen. Este problema no es producto de la casualidad, por el contrario responde a una gama de factores que involucran atención, memoria, concentración, etc. Tomando en consideración el factor material y la psicodinámica familiar, de acuerdo a Piero Di Giorgio “el sistema escolar es el reflejo del sistema social y constituye el instrumento a través del cual este se perpetua.

En una estructura social como la nuestra, la escuela transmite la ideología del éxito, además de una serie de cañones que legitiman la jerarquía social existente y los modelos de comportamiento fundados en el individualismo y el ascenso social.

Esto evidencia que el bajo rendimiento escolar pone a la deriva el futuro del niño guatemalteco, porque equivale a obtener el ingreso, mejores condiciones de vida y mejores condiciones laborales y económicas.

El bajo rendimiento escolar manifiesta una amplia gama de variables que influyen directamente en él, pero la desintegración familiar en hogares de niños, viene a agudizar los problemas que la sociedad plantea.

CAPÍTULO II.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

2.1 TÉCNICAS.

TÉCNICA DE MUESTREO

El muestreo que se utilizó fue deliberado o intencionado; con el cual se seleccionó a la población de una manera directa e intencionadamente, donde esta debía presentar las siguientes características: ser niñas procedentes de hogares desintegrados lo cual era indicador indispensable en nuestra investigación, la unidad de análisis constó de 14 niñas comprendidas en las edades de 11 a 14 años que estudian en la escuela “José Felipe Flores” de la colonia Mariscal zona 11 de esta ciudad.

TÉCNICAS DE RECOLECCION DE DATOS:

Las técnicas que se utilizaron en el trabajo de campo son las siguientes:

La Observación.

Esta técnica sirvió para evaluar de las niñas:

- definiciones de la realidad
- ver la forma en que construyen y organizan su mundo.

Fue fundamental recoger las conversaciones, ritos y anécdotas por parte de ellas mismas. La observación nos permitió obtener información sobre un fenómeno o acontecimiento tal y como éste se produjo. El objetivo de nuestra observación, no fue anotarlo todo, ya que esto no era alcanzable. Por esto, se registraban los fenómenos más relevantes. La decisión de dejar fuera lo que no se anota y lo que sí, se basó en las áreas comprendidas en nuestro tema de investigación.

Más específicamente diremos que se utilizó para buscar alteraciones y/o dificultades cuando se evaluaba y trabajaba con las niñas, con esto se conoció las características conductuales, habituales, de las niñas para conocer su estado.

2.2 INSTRUMENTOS

ENTREVISTA ESTRUCTURADA

Se realizaron entrevistas estructuradas con preguntas cerradas, que se aplicaron a niñas que estudian en la escuela oficial urbana para Niñas “José Felipe Flores de la Zona 11 de la ciudad capital estas entrevista consistió en 12 preguntas que sirvieron para evaluar el nivel de autoestima en que se encontraban cada una de ellas.

ACTIVIDAD TERAPÉUTICA.

Las actividades terapéuticas, fueron aquella que se utilizaron para lograr elevar el nivel de autoestima y reforzar el ya existente y que se encontraban por debajo del nivel funcional esperado. Durante todo el trabajo se hizo uso de ejercicios y actividades que ayudaran a elevar la autoestima y lograr así una mejor independencia y seguridad en sí mismas. La cual tuvo como fin enseñar y reforzar su aceptación y valoración personal, mejor convivencia y comunicación dentro del vínculo familiar, y establecimiento de metas a largo plazo.

TÉCNICA DE GRUPOS FOCALES.

Se reunió a un grupo de niñas con características más o menos comunes en cuanto a la problemática familiar debido a que todas provenían de hogares desintegrados y el nivel académico era el mismo, fueron sometidas a una serie de preguntas en forma simultánea, relacionadas con el tema de la importancia de la autoestima, a este grupo de niñas se le aplico la guía.

La forma de análisis de resultados fue cualitativa, debido a que lo que deseábamos comprobar era la validez y confiabilidad de Los ejercicios y actividades sobre la importancia que tiene la autoestima en niñas provenientes de hogares desintegrados, ya que de esta manera se ayudó a elevar la autoestima a todas las niñas a las que se les fue aplicado.

CAPÍTULO III

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.

RESULTADOS.

A continuación se presentan el análisis de los resultados de tres formas distintas, primero en forma individual, en la cual se evidencian los cambios observados en cada una de las participantes, seguidamente un cuadro comparativo de los sentimientos iniciales y los sentimientos finales de las participantes, y por ultimo un análisis cualitativo. Interpretando dichos resultados pudimos comprobar la validez de nuestras actividades y ejercicios planteados en nuestro proyecto de investigación..

ANÁLISIS DE RESULTADOS INDIVIDUALES.

PARTICIPANTE 1

J.L.C.R. 11 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

En la primera sesión se observo que se encontraba triste y deprimida por el hecho de que su papa no le quisiera dar su apellido y a la vez porque los abandono, se aislaba en el aula, prefería sentarse sola y no hablar con nadie, pensaba que no era la misma niña que las demás porque solo tenía un apellido, conforme iban pasando las sesiones ella se iba sintiendo más cómoda, ya que se acercaba mas, ya se hablaba con otras compañeritas y se mostro más positiva. Sus principales prioridades a trabajar eran: la actitud mental positiva y técnicas para establecer metas, lo cual mejoro considerablemente, ya que al final expresa, me gusta tener amigas, me siento importante, me siento apreciada por la gente, lo cual ella no sentía al principio por que no veía atributos positivos en ella misma y

se veía muy decaída, cosa que cambio notablemente. Con respecto a su propósito de contar con técnicas para establece metas, lo puso en práctica de manera adecuada, ya que en el proceso de trabajo de la guía ella se planteo metas como no aislarse de la clase y tener amigas, cosas que eran muy importantes al principio y de las cuales se pudo dar cuenta que no dependía en su totalidad su felicidad, ya que expreso: las niñas buenas no necesitan tener 2 apellidos para ser felices.

Durante las sesiones ella logro identificar sus cualidades positivas y sus puntos a trabajar, puntos que al principio ella no lograba identificar y veía como cualidades el estar sola, lo cual logra cambiar al expresar que se necesita de apoyo de los demás y contar con alguien para ser feliz. Y logra identificarse a sí misma como: generosa, puntual, amistosa y honesta.

Al principio se vea así misma como una niña diferente a las demás y ve como su mayor logro el poder encontrarse igual a las demás por el hecho de tener solo un apellido y no tener a su papa a su lado, durante en el proceso de trabajo se ve un cambio notorio en el que se ve a sí misma como una niña igual a las demás con la única diferencia de que solo tiene a su mama lado.

PARTICIPANTE 2

M.C.O.C. 12 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

Durante las primeras sesiones se veía como una persona cansada, que solo pensaba en su familia y lo veía como algo primordial y aunque percibía la necesidad de dedicarse tiempo a sí misma y no lo hacía por el miedo a que su papa perjudicara a su mama y a su hermano.

Durante la última sesión se veía más relajada y más tranquila y más preocupada por sí misma, ya que logro que una de sus necesidades primordiales, dedicar un tiempo para algo que le gusta y vio su necesidad de hacer algo diferente que le diera satisfacciones como el poder jugar con sus amigas y poder contarles sus cosas, que es lo que le gusta y logro hacer un espacio y ocupar bien su tiempo.

Uno de los grandes cambios es que ya no ve únicamente su familia como lo primordial ya que sus afirmaciones positivas se encuentran:

- Soy importante en mi familia
- Me siento satisfecha con lo que tengo
- Puedo cuidar de mi familia
- Doy gracias a dios por lo que tengo
- No necesito de mi papa si tengo a mi mama
- Me agrada respetar a las personas

Además de sus afirmaciones positivas logra darse cuenta de lo que realmente le gusta es estudiar.

PARTICIPANTE 3

G.M.F.P. 12 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

Una de sus prioridades a trabajar es el tener técnicas para establecer metas, lo cual logra realizar adecuadamente debido a que a lo largo de la guía realiza ejercicios con metas realistas y con un tiempo adecuado. Además identifica los recursos con los que cuenta para alcanzar las metas que se propone como lo son la determinación, el deseo, el tiempo y los impedimentos que percibe para alcanzar estas metas que son la pereza, la televisión y la desorganización.

Al iniciar los ejercicios y actividades, ella expreso que el mensaje más positivo que le dio su mama es el ser inteligente para hacer lo que quiera, y en el ultimo capitulo llega a darse que cuenta que su papa es la persona significativa que influyo para que su nivel de autoestima estuviera bajo, ya que expresa: mi padre fue el que me abandono, si yo hubiera sido una persona importante para él no se hubiera ido, pero me dejo y no le importo. Luego de expresar como hizo este modelo que se sintiera así misma como no deseada, en una de las actividades expresa que empieza a darse cuenta de que tiene cosas positivas y de que nada grave pasa si no le gusta a los demás, lo cual anteriormente era diferente, ya que expresaba que si no mostraba simpatía en los demás se sentía mal.

Otra de las prioridades a trabajar expresada por ella era el nivel general de autoestima por no tener tiempo para ella misma y pensar que si ella no cuidaba a su familia de su papa quien más lo haría, así como también si se organizaba podría lograr sus metas, lo cual logra mejorar debido que al final de las actividades ella expresa, empiezo a darme cuenta que tengo cosas positivas.

Dentro de nuestro proyecto se realizaron dinámicas de grupo, en las cuales participo, también compartió con varias compañeras que no conocía y a la tercera sesión ya se sentaban juntas, este es un gran avance ya que al principio se sentaba sola y expresaba que deseaba mejorar sus aptitudes sociales interpersonales. En una de las dinámicas se le pidió que expresara sus cualidades, lo cual realizo con facilidad.

PARTICIPANTE 4

E.L. 14 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

Aunque su nivel de autoestima al empezar era adecuado lo cual se puede observa no solamente en sus respuestas sino que en su arreglo personal y en su relación con sus demás compañeras, se logro reforzar ya que se logro hacer insight, esto es debido a que se expresa n el ultimo capitulo que se ha dado cuenta que tiene seguridad en sí misma, que se quiere tal como es y que se proyecta como alegre y que si pudiera experimentar la alegría de ser una mejor hija se sentiría feliz y ganadora. Al empezar a trabajar ella expresaba que debía trabajar más en mejorar su autoestima, y al finalizar los ejercicios y actividades ella se da cuenta que su autoestima es una autoestima adecuada.

Otro de los aspectos positivos es que logra identificar a su madre como un modelo positivo que ha influido en su autoestima ya que expresa que ella hizo que se viera así misma como: buena hija, inteligente, buena estudiante, alegre y sociable. Además ella ve a su madre como buena madre, la cual la apoya en todo.

En sus metas a largo plazo, mediano plazo y corto plazo identifica que le gustaría poder llegar al cuadro de honor, lo cual siente que la haría sentirse mejor y los

recursos que cuenta para alcanzar esta meta es el apoyo de su mama, el apoyo de sus amigas y de su maestra.

Seis afirmaciones positivas sobre ella misma que expresa son:

- Soy buena hija
- Soy sincera
- Soy alegre
- Soy perseverante
- Soy positiva
- Ayudo a las demás personas

PARTICIPANTE 5

K.P.B.P. 14 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

Desde el primer capítulo habla de tener una familia unida, ya que actualmente solo vive con su papa, ya que al preguntarle porque le gustaría ser recordada en su vida expresa porque tuvo una familia que me inculco muchos valores pero por sobre todo ser feliz. Y esto persiste en el segundo capítulo ya que al pedirle que describa su vida actual expresa que la mayor parte de su día es estudiar pero que le gustaría pasar tiempo con su familia incluyendo a su mama.

Expresa en una de las frases del segundo capítulo que no tiene la capacidad mental para ser una buena estudiante como las demás compañeras y a lo largo del capítulo expresa como una de sus metas en la vida es tener su propio salón de belleza y así poder implementar todo lo que ha estudiado, también algo significativo es logra agradecer a su papa por todo lo que le ha dado y por todo el apoyo de él y posteriormente en sus

metas a corto plazo se plantea sacar unas notas mejores a las notas pasadas.

Logra mejorar su autoestima debido a que al inicio dudaba de su capacidad intelectual y en el último capítulo utiliza frases significativas como lo son:

- Soy inteligente en cada cosa que hago
- No hay papa que no sepa ser mama y papa a la vez

A lo largo de la guía del segundo capítulo logra plantearse metas realistas y con un tiempo adecuado, es aquí en donde en gran parte se da cuenta de que sus metas en la vida no son únicamente integrar a la familia de nuevo sino que le gustaría tener su propio salón y agradecer a su papa por todo el apoyo proporcionado.

PARTICIPANTE 6

F.K.I.S. 12 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

El nivel de autoestima de persona es realmente bajo, ya que si tuviera que admitir que se gusta así misma se sentiría un poco apenada, triste desanimada, dudosa y angustiada. Pero luego en uno de los ejercicios logra hacer insight lo cual es muy importante para poder cambiar la autoestima, esto se muestra cuando se expresa: "comienzo a darme cuenta de que mi autoestima no es alta" y "hay cosas que me gustan de mí". El hecho de que simplemente se dé cuenta de que hay cosas que le gustan de sí misma es algo muy positivo, ya que anteriormente expreso que no podía admitir que se gusta así misma porque se sentiría triste y apenada.

Luego de lograr hacer insight, se da cuenta de que si pudiera experimentar la alegría de ser menos angustiada, se sentiría feliz, ganadora y realizada completamente.

Otro avance significativo es que logra identificar el modelo de la familia que influyo de manera negativa en su autoestima como su padre que hizo que se sintiera o creyera que era adoptada y esto afecto terriblemente su

autoestima y no se daba cuenta que el modelo de su mamá era la que la estaba protegiendo de todo esto.

En sus metas a largo plazo se visualiza así misma como una persona de éxito profesional y personal, la cual tiene un hogar, y logra visualizarse a sí misma de manera positiva es algo muy importante ya que con esto logra darse cuenta de que puede alcanzar las metas que se propone de una manera adecuada y con un plazo de tiempo indicado.

PARTICIPANTE 7

A.B.R.C. 12 AÑOS

CAMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

Al principio de las actividades se les pregunto a las asistentes si sabían que era la autoestima y ella no quiso participar, en el segundo capítulo se realizó una dinámica en la cual nos debían contar que sabían de la autoestima, a lo que ella respondió es sentirse bien en lo que uno hace y como uno es y yo me amo, me quiero mucho y soy feliz. El haber realizado sus metas a largo plazo fue algo muy positivo en su vida, ya que gracias a esto ella se dio cuenta de que no importaba que su papa los abandono, sino que debía darse cuenta el esfuerzo que su mamá estaba haciendo por darles una mejor vida. Además al realizar sus metas incluyo los pasos que debe seguir para poder alcanzarlas entre las cuales estaban:

- Superarse
- Descansar
- Viajar
- Y agradecerle a su mamá por su gran apoyo

Al pedirle que cambiara sus frases simientes o sus frases que ella sentía que le han hecho daño ella coloco lo siguiente:

- Me siento bien
- No lloro mucho
- Las mujeres somos felices
- No necesitamos de hombre para ser feliz

Esta última frase es muy significativa ya que se expresa así debido a que su papa los abandono, y solo su mama los está sacando adelante.

PARTICIPANTE 8

J.S.O.C. 11 AÑOS

CMBIOS POSITIVOS OBSERVADOS

En la primera sesión ella se sentía triste, agotada, dudosa y se encontraba muy callada, ya que ella no lograba entender por qué a ella le pegaban y la aislaban contrario a su hermana. Se les pregunto qué era lo que les gustaba hacer y ella respondió que jugar con sus amigas pero que dada la situación de su casa no podía porque solo a ella le tocaba hacer la limpieza y cocinar para todos.

En la segunda sesión se logro hacer insight y logro darse cuenta que no es que solo a ella le toque hacer todo sino que así como tenemos tiempo para uno mismo tenemos responsabilidades en la familia para poder crecer juntos.

Este paso fue muy importante ya ella debido al supuesto rechazo de su mama, se dio cuenta que es una mujer muy responsable, que puede lograr todo lo que se proponga y pudo darse cuenta de la confianza que se tiene así misma.

La relación con su mama fue progresando al momento en que ella empezó a cambiar y a sentirse bien con ella misma. Las metas que se planteo fueron lograr todo lo que se proponga, graduarse, ser profesional y laboralmente exitosa y agradecerle a su mama por todo su apoyo y cariño.

CUADRO No.1

CUADRO COMPARATIVO DE ANALISIS DE RESULTADOS.

PARTICIPANTE	SENTIMIENTOS INICIALES	SENTIMIENTOS FINALES
PARTICIPANTE No. 1	Tristeza, depresión, aislamiento	Identificación de cualidad, honesta, generosa, puntual, organizada, eficiente.
PARTICIPANTE No. 2	Falta de interés en si misma e interés únicamente en su familia	Relajada, tranquila, preocupada por sí misma, dedica más tiempo en otras actividades personales, satisfecha con lo que hace.
PARTICIPANTE No.3	Perezosa desorganizada, sentimientos negativos hacia sí misma.	Identificación de cualidades, participativa, actitudes interpersonales adecuadas.
PARTICIPANTE No. 4	Interesada en mejorar su autoestima, y dejar la tristeza.	Seguridad en sí misma, alegre, feliz y ganadora.
PARTICIPANTE No.5	Sentimientos de incapacidad para realizar actividades educativas y personales.	Planteamiento de metas realistas, deseos de mejorar tanto en su vida educativa como personal.

PARTICIPANTE No.6	Apenada, triste, desanimada y dudosa.	Alegría, realización feliz, querida, inteligente, social y exitosa.
PARTICIPANTE No. 7	Tristeza, depresión, y falta de interés personal.	Bien, alegre, sonriente, bella.
PARTICIPANTE No. 8	Agotada, callada, dudosa, triste.	Identificación de cualidades, seguridad en sí misma, alegre.

Fuente: Casos de las estudiantes de 6to. Primaria Correspondientes a la muestra empleada en el trabajo de campo, de la Escuela oficial Urbana para Niñas "José Felipe Flores"

ANALISIS CUALITATIVO.

La autoestima adecuada es la suma de confianza y el respeto que debemos sentir por nosotras mismas y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos de su propia existencia.

Las participantes no contaban con Autoestima adecuada debido a la disfunción familiar y de ser provenientes de hogares desintegrados algunas no tenían conocimiento del significado de la Autoestima y presentaban rasgos distintivos de un nivel bajo de Autoestima tales como: sentimientos de desánimo, tristeza duda, sentimientos que salían a relucir por diferentes causas dentro del vínculo familiar, algunas en las primeras sesiones se quedaban calladas no compartían sus vivencias con las demás compañeras, y a lo largo de la aplicación de la guía estos aspectos fueron cambiando, ya que las participantes relataron que se sentían más tranquilas, relajadas, su arreglo personal mejoro significativamente, las relaciones interpersonales fueron mejores tanto en el grupo como fuera de él. Todas hacían afirmaciones positivas de sí mismas, se sentían contentas, algunas se compartían sus sueños y sus metas para el futuro y se logró comprobar la eficacia de la guía.

Dado al estudio realizado creemos importante que la autoestima se forme desde que la niña empieza a fomentar el desarrollo de sus capacidades y

habilidades, ganando así mismo un sentimiento de fuerza, seguridad y confianza interna.

3.1 CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR Y LA POBLACIÓN.

3.1.1 CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR.

Las características correspondientes al lugar de realización del proyecto fueron tomando en cuenta la disposición de tiempo y espacio para la realización del mismo, pudiendo constatar que la infraestructura cuenta con las comodidades respectivas para atender dicha población que en este caso fueron niñas de un estatus social medio-bajo.

3.1.2 CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN.

Entre las principales características que sobre salen en la población empleada para la investigación de dicho proyecto fueron que pertenecían al sexo femenino entre las edades comprendidas de 11 a 14 años, y que fueran provenientes de hogares desintegrados estos eran indicadores precisos para formar parte de la muestra.

CAPÍTULO IV

4.1 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

4.1.1 CONCLUSIONES:

- Es importante fomentar una buena autoestima desde que se es pequeño, ya que con una base bien sementada es menos probable que se sufra de baja autoestima.
- Una autoestima adecuada contribuye a una buena salud mental.
- La autoestima es la suma de la confianza y el respeto que cada persona debe de sentir por si misma, y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos de su propia existencia.
- La autoestima solo puede surgir del interior, de la aceptación y de la aprobación interna.
- Se comprobó que si se puede elevar la autoestima mediante técnicas y ejercicios adecuados.
- Al finalizar la aplicación de la guía, las participantes lograron descubrir cualidades y atributos personales con los que no sabían que contaban.

4.1.2 RECOMENDACIONES

- Es necesario que en la Escuela para niñas urbana Jose Felipe Flores cuenten con un psicólogo/a debido a que hay niñas con problema de baja autoestima debido a sus conflictos personales y/o familiares y esto afecta grandemente en su desenvolvimiento académico.
- En los centros de práctica de la Escuela de Ciencias Psicológicas, se deben crear programas que ayuden a elevar la autoestima tanto a niños, como a adultos.
- Es conveniente que la persona que sufra de baja autoestima reciba ayuda profesional para poder solucionar su situación de una manera rápida y efectiva.
- Los ejercicios de autoestima deben ser trabajados de forma gradual y de acuerdo al área que se va a trabajar y a la población que se le va a aplicar.
- Los ejercicios para elevar la autoestima deben ser creados respondiendo a objetivos específicos y ordenados.
- Para elevar la autoestima primero se debe dar a conocer a las personas la importancia que tiene para su desarrollo personal y como afecta su comportamiento.

BIBLIOGRAFÍA.

- 1- Barrios Dora Elizabeth “Código de Menores y su Aplicación en el Medio Guatemalteco.”
- 2- Código Civil de Guatemala”. Guatemala, julio 1984.
- 3- Dorsch, Friedrich: Diccionario de Psicología: Editorial Herder, Barcelona, 1981.
- 4- Genovard. C. “Problemas Emocionales en el Niño”, Editorial Herder, Barcelona 1982.
- 5- Hernández Sampieri, R. Metodología de la Investigación”. México: 2006. Editorial.
- 6- Horton, Paul V. “Sociología”. Editorial Mc. Graw-Hill, México, 1988.
- 7- Izquierdo, Ciriaco “La Autoestima, Camino Hacia la Felicidad “Grupo Editorial Latinoamericano Paulinos, Primera Impresión, 2003, Bogotá Colombia.
- 8- Muños Ismael “Como Restaurar La Familia “Ediciones América. San Marcos Noviembre de 1,997.
- 9- Pelayo García y Ramón Gross, Diccionario Enciclopédico Larousse Usual.
- 10-Porot, Maurice. “La Familia y el Niño”, Editor Luis Miracle, Barcelona, 1955.
- 11-Rodríguez, Gregorio “Metodología de la Investigación Cualitativa” España: 1999. Editorial ALJIBE. 378 Págs.
- 12-Rodríguez, Mauro “Autoestima” Edit. El Manual Moderno, S.A México, D.F. 1,990.
- 13-Vicente Bonet, José. “Manual de Autoestima *Se Amigó de Ti Mismo.*”
- 14-Valles, Miguel “Técnicas Cualitativas de Investigación Social” España: 1999 Editorial Síntesis, S.A. 430 Págs.

ANEXOS

GLOSARIO

- **Ansiedad:** Preocupación o inquietud causadas por la inseguridad o el temor, que puede llevar a la angustia:
- **Aprendizaje:** El aprendizaje es el proceso a través del cual se adquieren nuevas habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. Este proceso puede ser analizado desde distintas perspectivas, por lo que existen distintas teorías del aprendizaje. El aprendizaje es una de las funciones mentales más importantes en humanos, animales y sistemas artificiales.
- **Auto concepto:** Este término suele definirse, en sentido genérico, como el conjunto de imágenes, pensamientos y sentimientos que el individuo tiene de sí mismo. Así, es posible diferenciar dos componentes o dimensiones en el auto concepto: los cognitivos (pensamientos) y los evaluativos (sentimientos). Los primeros se refieren a las creencias sobre uno mismo tales como la imagen corporal, la identidad social, los valores, las habilidades o los rasgos que el individuo considera que posee. Los segundos, también llamados autoestima, están constituidos por el conjunto de sentimientos positivos y negativos que el individuo experimenta sobre sí mismo.
- **Autoconfianza:** Se define la confianza como la creencia en que una persona o grupo será capaz y deseará actuar de manera adecuada en una determinada situación. Y la definición de autoconfianza según el Diccionario de la Lengua Española es: "Sentimiento basado en la fuerte conciencia del propio poder para afrontar las posibles dificultades"

- **Auto diagnóstico:** Capacidad de realizar test sobre su funcionamiento y el estado de sus componentes, alertando al usuario cuando detecta un error o avería que requiere una manipulación externa.
- **Autoestima:** La autoestima no es convencernos a nosotros mismos de que somos valiosos, no es un tema de ser seguro de sí o sentirse bien cuando otra persona nos halaga. Tampoco es tener el mejor cuerpo o la mejor carrera laboral. Autoestima es el SABER que uno es valioso.
- **Autoevaluación:** Proceso de reflexión académica sobre lo que somos y sobre lo que aspiramos ser y que busca el mejoramiento de la calidad. La Institución se mira a si misma en función de su deber ser y en relación con la sociedad y propone acciones de mejoramiento.
- **Auto respeto:** Es atender y satisfacer las propias necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo.
- **Desanimo:** Falta de ánimo o de energía para hacer algo.
- **Desintegración:** Separación completa o pérdida de la unión de los elementos que conforman algo, de modo que deje de existir.
- **Desvalorización:** Disminución del valor o del precio de una moneda o de otra cosa. Depreciación, devaluación.
- **Emociones:** Las emociones son fenómenos psicofisiológicos que representan modos de adaptación a ciertos estímulos ambientales o de uno mismo. Psicológicamente, las emociones alteran la atención.
- **Vergüenza:** Turbación que se siente ante los demás al cometer una falta o al hacer algo que se considera ridículo o humillante.
- **Voluntad:** La voluntad es una facultad de naturaleza espiritual, cuyo acto es la inclinación apetitiva hacia un bien comprendido por la inteligencia.



Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro universitario Metropolitano –CUM—
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro de Investigaciones en Psicología
--CIEPs—“Mayra Gutiérrez”

EJERCICIO 1.

¿Cómo DEFINIRIA USTES LA AUTOESTIMA?

Marque una x a la par de la oración que ayude a definir lo que significa para usted la autoestima.

- Para mí la autoestima significa:
 - 1- Creer en mí misma y en mi propio valor como persona.
 - 2- La capacidad que tengo de ver el lugar que tengo y ocupo en este mundo de forma realista y optimista.
 - 3- Una confianza capacidad que poseo para hacer cambios y enfrentar retos en mi vida.

- 4- La capacidad de entender mis errores y trabajar en el mejoramiento de los mismos.
- 5- La capacidad de reconocer que soy única y estar orgullosa de las cosas que hacen que yo sea un ser único.
- 6- Creer en lo que puedo hacer, y confianza positiva para intentar algo nuevo.
- 7- La capacidad de evaluar y aplicar, mis aptitudes de manera positiva y optimista.
- 8- Entender que valgo, ante mi misma y los demás, sin importar la situación.
- 9- Saber quién soy: lo que puedo hacer y cómo puedo proyectar este conocimiento.
- 10-Amarme a mí misma, sin importar ninguna actuación en particular.
- 11-Gustarme, respetarme y estar dispuesta a asumir riesgos, y a aceptar el fracaso.
- 12-Aceptar quien soy y tener el valor y la fuerza para diseñar mi vida como quiero que sea.

EJERCICIO 2.

INSTRUCCIONES.

Antes de que empiece a explorar su autoestima, por favor piense y responda las siguientes preguntas. Escriba sus impresiones o pensamientos iniciales.

1. Escriba tres palabras positivas que la describan.

1- _____

2- _____

3- _____

2-Que factor es el que contribuye más a su autoestima?

3-Cual considera su mayor logro?

4-Cuál diría su mejor amiga que es su atributo más positivo?

5-Cuál fue el mensaje más positivo que le dieron sus padres?

6-Que sería aquello por lo que le gustaría ser recordado en su vida?

Deisy De Navas

Alejandra Giraldo

Ejercicio No.3

INSTRUCCIONES:

Pida a cada una de las personas que la aprecian que le digan:

- 1- Que es lo que más les gusta de usted?

- 2- Momentos en los que sintieron en que usted les sirvió de ayuda.

- 3- Que piensan ellos que la hacen ver diferente a los demás.

Luego realice una lista con el nombre de las cosas buenas que los demás ven en mí.

- 1- En la cual escribirá todas las frases y palabras positivas que recibió de los demás, también puede agregar palabras o frases positivas que ha recibido a lo largo de su vida, al lado de estas frases deberá escribir quien se lo dijo.

2- Al realizar esta lista imagine y escriba que pudo haber hecho que los demás piensen esas cosas de usted, o en qué momento ellos notaron esa cualidad suya, si fue en algún momento en que ellos necesitaron de su ayuda o si es porque usted fue frecuentemente actúa de la forma en que se lo dijeron.

3- Luego piense si esto que ellos le dijeron tiene que ver con el cariño o la aceptación que ellos demuestran siempre hacia usted y si usted sabía que contaba con estas cualidades.



Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro universitario Metropolitano –CUM—
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro de Investigaciones en Psicología
--CIEPs—“Mayra Gutiérrez”

PARTE 2.

AUTODIAGNOSTICO.

EJERCICIO 1.

¿CUAN ELEVADA ES SU AUTOESTIMA?

INSTRUCCIONES:

Escriba “V” de verdadero o “F” de falso después de cada afirmación, refiriéndose a la manera que usted siente y piensa que actúa

- 1- Considero que mis estudios y mi vida ha progresado más por suerte que porque yo lo merezca._____
- 2- A menudo me encuentro preguntándome: “¿Por qué no puedo tener más éxito”?_____
- 3- Creo que si me lo propongo podría hacer las cosas mejor._____
- 4- Considero un atraso el no lograr con mis objetivos._____

- 5- Cuando los demás son amables conmigo sospecho de ellos. _____
- 6- El alabar a los demás por las cosas buenas que hacen o tienen muchas veces me hace sentir incómodo. _____
- 7- Es difícil ver que algunas veces felicitan a mis compañeras de estudios porque a veces siento que yo lo merezco más. _____
- 8- Casi nunca me desanimo cuando las cosas no me salen bien. _____
- 9- Cuando las cosas van bien por lo general no me duran mucho _____
- 10- Le doy gran importancia a lo que los demás piensan de mí. _____
- 11- Me gusta impresionar a los que están a mi alrededor _____
- 12- Me resulta difícil enfrentar mis errores _____
- 13- No siempre me siento cómoda explicando lo que quiero decir. _____
- 14- Me resulta difícil pedir disculpas. _____

15-Le tengo miedo a los cambios en mi vida._____

16-A menudo me encuentro pensando "Para que intentarlo? No lo lograre".-

17-Mi actitud hacia la vida podría mejorar._____

18-Me resulta difícil ver lo bueno de los demás._____

19-No considero que la gente pueda cambiar sus actitudes._____

20-Realmente no creo que un libro de autoayuda pueda marcar una diferencia en la autoestima de nadie._____

(f) _____
Deisy Alfaro de Navas
Psicóloga en Formación.

(f) _____
Alejandra Giraldo
Psicóloga en Formación.

EJERCICIO No.2.

Copie clara y específicamente alguna acción suya que no le haya gustado.

Explique por qué esa acción es equivocada.

Luego cierre los ojos e imagine que el que cometió esa acción no fue usted sino una amiga a la que quiere mucho.

Imagine que hace preguntas a esa amiga, que le hace hablar, que le ayuda a expresar en palabras porque actuó de esa forma en ese momento. Luego imagine que aplica el mismo9 sentimiento con usted mismo.

¿Cómo le hace sentir? ¿Qué descubre?

Después considere esto: si sintiera que es apropiado y deseable demostrar esa actitud de aceptación con alguien que quiero mucho, ¿estaría dispuesta a demostrarla consigo misma?

Por supuesto, si no se ofreciera esa oportunidad a usted mismo, es probable que tampoco se la ofrezca a otro., cuando somos severos al juzgar nuestra propia conducta, por lo general no lo somos menos al juzgar la de los demás.

SUBRAYA LA FRASE QUE EN ALGUN MOMENTO DE SU VIDA HA USADO SUS PADRES (MAMA O PAPA) Y QUE SIENTES QUE HA AYUDADO A AUMENTAR SU AUTOESTIMA:

- Sabes que te quiero mucho
- Te felicito
- Qué sorpresa me has dado
- Si necesitas algo te ayudo
- Sé que lo harás
- Muy bien, has sido capaz de hacerlo
- Yo sé que eres buena, no dudo de tu buena intención
- Así me gusta, lo has hecho muy bien
- Estoy muy orgulloso/a de ti

- No te preocupes, la próxima vez lo harás mejor.

SUBRRAYA LAS FRASES QUE CONSIDERE QUE LA HACEN SENTIR MAL, Y QUE EN MÁS DE UNA OCACION SE LAS HAN HECHO SABER:

- Eres una desordenada
- Siempre estás fastidiando
- No vas a llegar a ningún lugar
- Estoy harta/o de ti
- Aprende de tu hermana/o
- Siempre te estás peleando
- Apártate de mí vista, no quiero verte
- Eres un mentirosa
- No sé cuándo vas a aprender
- No me quieres nada
- Te vas a quedar sin amigas
- Eres un desastre
- Eres una vaga

Deisy Alfaro de Navas
Psicóloga en formación.

María Alejandra Giraldo
Psicóloga en formación

Ejercicio 3.

Utilizando el listado a continuación establezca prioridades respecto a lo que considere que debe cambiar en su vida y colóquelas en las líneas de abajo. No seleccione menos de 3 ni más de 6 áreas en las que quiera trabajar para mejorarlas.

- 1- Actitud mental y positiva
- 2- Hacer más ejercicios físicos
- 3- Dirección hacia una profesión
- 4- Aptitudes sociales y relaciones interpersonales
- 5- Toma de decisiones
- 6- Asumir riesgos
- 7- Superar miedos
- 8- Técnicas para establecer metas
- 9- Presentación personal
- 10-Entrenamiento para hablar en publico
- 11-Entrenamiento en habilidades personales
- 12-Equilibrio en mi vida personal
- 13-Entrenamiento para ser líder
- 14-Nivel general de autoestima

ATENCION INMEDIATA.

MIS PRIORIDADES SON:

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____
- 4- _____
- 5- _____

5- Enumere tres metas en un mes

6- Enumere cualquier meta que quiera lograr la semana siguiente.

7- Como llego a donde quiero estar?

8- Que está impidiendo que alcance sus metas?

¿Puede nombrar algunas personas que hayan servido de modelo para usted y que hayan logrado las metas que usted desea para usted mismo? ¿Y qué atributos tienen?.

Nombre.	Atributo.
1-	1-
2-	2-
3-	3-

Deisy Alfaro de Navas

María Alejandra Giraldo



Psicóloga en formación.

Universidad de San Carlos de Guatemala

Centro universitario Metropolitano –CUM–

Escuela de Ciencias Psicológicas

Centro de Investigaciones en Psicología

--CIEPs--“Mayra Gutiérrez”

Psicóloga en formación

RECONOCE TUS PUNTOS BUENOS:

As una lista de lo que más te guste de ti misma y repítetela, lo que más me gusta de mi.....escribe todo en términos positivos por ejemplo: soy generosa, en lugar de soy tacaña, e inicia con cada atributo con la palabra yo.

- Comienza por escribir los atributos positivos que primero te vengan a la mente por ejemplo: yo tengo linda voz, yo le gusto a los niños, yo soy puntual, yo soy organizada, yo soy responsable etc.

YO _____

