



**Universidad  
Zaragoza**

# **Trabajo Fin de Grado**

## **Análisis de la autoestima de alumnos y docentes en la etapa de educación infantil.**

**Autora**

**Sofía Moreno Antolín**

**Directora**

**Ana Rodríguez Martínez**

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

2020

## RESUMEN

La idea de este trabajo nace del interés por conocer las diferentes definiciones y aplicaciones de la autoestima en el ámbito educativo.

El trabajo empieza con un marco teórico inicial, en el cual se estudia las diferentes definiciones de la autoestima según varios autores. Diferencia los términos autoestima y autoconcepto, y se explican los diferentes tipos de autoestima. También se recogen investigaciones que explican la diferenciación del nivel de autoestima en función del sexo.

La información obtenida en el primer apartado del trabajo se complementa con una propuesta de intervención. Esta tiene como objetivo trabajar la autoestima con alumnos de educación infantil, favoreciendo así el bienestar emocional y una buena salud mental. La propuesta comprende catorce sesiones, las cuales están organizadas en cuatro secciones: “aceptación de sí mismo”, “experiencias de trabajo cooperativo”, “sentimientos y emociones”, “adaptabilidad y autoprotección.”

El presente trabajo finaliza con el estudio de la autoestima de las maestras de educación infantil mediante la escala de autoestima de Rosenberg. Los resultados demuestran que el nivel medio de la autoestima del docente de educación infantil es elevado, influyendo en él la variable de la edad.

**Palabras clave:** Autoestima, autoconcepto, escala Rosenberg, educación infantil.

## ABSTRACT

The idea of this work arises from the interest of knowing the different definitions and applications of self-esteem in the educational field.

It begins with an initial theoretical framework, in which the different definitions of self-esteem are studied according to various authors, differentiating the terms self-esteem and self-concepts, and the different types of self-esteem are explained. Research is also collected that explains the differentiation of the level of self-esteem based on sex.

The information obtained in the first section of the work is complemented with an intervention proposal. This aims to work on self-esteem with early childhood education students, thus promoting emotional well-being and good mental health. The proposal

comprises fourteen sessions, which are organized into four sections: "acceptance of oneself", "experiences of cooperative work", "feelings and emotions", "adaptability and self-protection."

The present work ends with the study of the self-esteem of early childhood teachers using the Rosenberg self-esteem scale. The results show that the average level of self-esteem of the infant teacher is high, but dependent on the age variable.

**Key words:** Self-esteem, self-concept, Rosenberg's scale, child education.

## ÍNDICE

|  |    |
|--|----|
| RESUMEN .....  | 1  |
| INTRODUCCIÓN .....   | 8  |
| OBJETIVOS .....  | 9  |
| MARCO TEÓRICO .....  | 9  |
| Definición de la autoestima.....                               | 9  |
| Diferenciación entre conceptos: autoestima y autoconcepto..... | 13 |
| Componentes de la autoestima .....                             | 14 |
| Tipos de autoestima.....                                       | 16 |
| Consecuencias de los tipos de autoestima.....                  | 18 |
| Diferencia entre sexos.....                                    | 19 |
| Importancia de la autoestima en Educación Infantil.....        | 20 |
| PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....                                 | 21 |
| Introducción.....  | 21 |
| Justificación .....  | 22 |
| Objetivos y contenidos según el currículum .....               | 23 |
| Temporalización .....  | 25 |
| Metodología .....  | 26 |
| Desarrollo de las sesiones: .....                              | 28 |
| - Aceptación de sí mismo.....                                  | 28 |
| - Experiencias de trabajo cooperativo.....                     | 32 |
| - Sentimientos y emociones.....                                | 35 |
| - Adaptabilidad y autoprotección.....                          | 39 |
| Evaluación.....  | 41 |

|  |    |
|--|----|
| ESTUDIO SOBRE LA AUTOESTIMA DE LAS MAESTRAS..... | 42 |
| Introducción.....                                | 42 |
| Objetivos.....                                   | 44 |
| Hipótesis.....                                   | 44 |
| Metodología.....                                 | 45 |
| Recogida de datos.....                           | 46 |
| Participantes.....                               | 46 |
| Análisis correlaciones significativas.....       | 49 |
| Resultados Escala Rosenberg.....                 | 51 |
| Análisis resultados.....                         | 52 |
| Conclusiones.....                                | 52 |
| CONCLUSIONES.....                                | 53 |
| PROSPECCIÓN AL FUTURO.....                       | 53 |
| LIMITACIONES DEL TRABAJO.....                    | 54 |
| BIBLIOGRAFÍA.....                                | 55 |
| ANEXOS.....                                      | 60 |

## ÍNDICE TABLAS

|              |    |
|--------------|----|
| Tabla 1..... | 12 |
| Tabla 2..... | 19 |
| Tabla 3..... | 25 |
| Tabla 4..... | 26 |
| Tabla 5..... | 45 |
| Tabla 6..... | 49 |

## ÍNDICE FIGURAS

|               |    |
|---------------|----|
| Figura 1..... | 46 |
| Figura 2..... | 47 |
| Figura 3..... | 48 |
| Figura 4..... | 48 |

## INTRODUCCIÓN

La autoestima cumple un rol importante en la vida de cada persona y más aún en la de un niño. Según Vidal (2000), es la base que sustenta en gran medida la personalidad de los niños, una autoestima alta permitirá al niño ser más decidido, tener más confianza en sí mismo, una mayor autonomía y afrontar momentos difíciles de la vida. Una autoestima alta, permitiría al niño ser más fuerte, tolerar más las críticas, los fracasos, las pérdidas o cualquier otro acontecimiento negativo. En contraposición, los niños que se encuentren con una autoestima baja son más susceptibles a trastornos, muchas veces estos casos de falta de amor propio derivan en conductas como falta de interés, desmotivación al estudiar y hasta los hace más susceptibles a crear adicciones asociadas al alcohol o drogas. (Retamal & González, 2015).

Debido a la importancia de la autoestima en educación infantil, se ha realizado una propuesta de intervención para trabajarla. Ésta contiene una metodología de enfoque global, inclusivo y cooperativo con el objetivo de mejorar la salud mental de los alumnos, que la OMS define la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (Moreno, 2008), su inteligencia emocional y su inteligencia tanto inter como intrapersonal.

En este trabajo no solo nos vamos a centrar en la autoestima de los niños, sino que le vamos a dar importancia a la autoestima docente, ya que seguramente no existe ningún otro trabajo (si exceptuamos algunos oficios médicos u otros relacionados con la educación de sujetos deficientes, etc.) en el que la dimensión personal juegue un papel tan importante. La “vulnerabilidad” de los niños pequeños, su “dependencia” del adulto, la forma confiada en que se entregan a quien los cuida, constituye un escenario que sobrepasa ampliamente su dimensión profesional para convertirse en una relación profundamente personal. Al educador no le van a valer los trucos profesionales que haya podido aprender. Se va a ver forzado a construir la relación en el marco de condiciones muy personales. (Zabalza, 2001) Por ello, en este trabajo se ha realizado una investigación en la que se ha utilizado como instrumento la escala de autoestima de Rosenberg, sobre el nivel de autoestima de los maestros de educación infantil.

Rosenberg entiende la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las

propias características. La escala fue dirigida en un principio a adolescentes, hoy se usa con otros grupos etarios. Su aplicación es simple y rápida. Cuenta con 10 ítems, divididos equitativamente en positivos y negativos (ejemplos, sentimiento positivo: " creo que tengo un buen número de cualidades " sentimiento negativo: " siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso de mi"). Es un instrumento unidimensional que se contesta en una escala de 4 alternativas, que va desde " muy de acuerdo" a " muy en desacuerdo". (Rojas-Barahona, Zegers, & M., 2009)

He de hacer hincapié en que la utilización del género masculino en la mayor parte del trabajo se da para economizar el lenguaje y tener así más eficacia en la comunicación. No equivale a una discriminación del género femenino.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivos generales:**

- Diseñar una propuesta de intervención en el aula para trabajar la autoestima con alumnos de educación infantil.
- Evaluar la autoestima de los maestros de educación infantil.

### **Objetivos específicos:**

- Recopilar y analizar las diferentes definiciones de autoestima.
- Diferenciar los conceptos de autoestima y autoconcepto.
- Seleccionar metodologías de intervención en el aula, que favorezcan el trabajo de la autoestima en niños.
- Comprobar la importancia de la autoestima en el bienestar de los alumnos y maestras de educación infantil.
- Realizar la escala Rosenberg de la autoestima a maestras de infantil.
- Analizar los resultados de la escala de Rosenberg.

## **MARCO TEÓRICO**

### **Definición de la autoestima:**

Coloquialmente, la definición de autoestima se conoce como la valoración que tenemos de nosotros mismos. Pero lo cierto es que la definición de este concepto es difícil de llegar a un consenso debido a su complejidad.

Según el Diccionario de la Lengua Española, “la autoestima es la valoración, generalmente positiva, que una persona hace de sí misma. Procede de la palabra estimar, que incluye entre sus significados el de apreciar (es decir, tener una actitud positiva o afectuosa) y el de evaluar algo o a alguien (en este caso, a uno mismo.)

La Organización Mundial de la Salud la define como “Estado de completo bienestar físico, mental y social” (Roca, 2014)

Reynard Legendre define la autoestima como el valor que un individuo se concede globalmente, es decir, hace alusión a la confianza fundamental que el ser humano deposita en nuestros propios recursos, en su eficacia y sus capacidades. La autoestima es una representación afectiva que nos hacemos de nosotros mismos. Es un juicio positivo para nosotros referido a nuestras cualidades y habilidades. (Beauregard, 2005)

La autoestima tiene una naturaleza dinámica, puede crecer, arraigarse más íntimamente, conectarse a otras actitudes nuestras o, por el contrario, debilitarse y empobrecerse. Es una forma de ser y actuar que radica en los niveles más profundos de nuestras capacidades, pues resulta de la unión de muchos hábitos y aptitudes adquiridos. Se trata de la meta más alta del proceso educativo, pues es precursora y determinante de nuestro comportamiento y nos dispone para responder a los numerosos estímulos que recibimos. (García, 2013)

La autoestima se entiende como un constructo multidimensional constituido por factores biológicos, cognitivos, emocionales, sociales y conductuales en constante interacción con factores contextuales. (León, Zagalaz, & Colón, 2014)

Posteriormente, me voy a centrar en las definiciones y aportaciones de los principales autores e investigadores de la autoestima:

William James fue el primer investigador que analizó metódicamente la autoestima y que realizó aportes a su definición. Considera que la autoestima es la evaluación de la propia dignidad como persona, que se relaciona con la creencia de que uno mismo es bueno y valioso, y que constituye un aspecto importante de la salud mental. James la define como una actitud acerca del sí mismo que está relacionada con las

creencias personales sobre las propias habilidades, las relaciones sociales y los logros futuros (Góngora & Casullo, 2009). Para él, la autoestima está determinada por la siguiente relación: nuestros éxitos y nuestras pretensiones. Según esta fórmula la autoestima de una persona se puede aumentar incrementando sus éxitos o bien rebajando sus pretensiones. Es decir, la percepción de coherencia entre nuestras pretensiones y nuestros logros es lo que mejora la autoestima y el bienestar psicológico. James añade el concepto de la aceptación de nuestras limitaciones para tener en cuenta la definición de la autoestima. (Roca, 2014)

Rogers (1967) define la autoestima como "un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refiere al sujeto", y señala que es "lo que el sujeto reconoce como descriptivo de sí y que él percibe como datos de identidad." (Márquez, Alcántara, & Aguilar, 2020)

Nathaniel Branden, psicoterapeuta canadiense, define la autoestima de una forma más completa y compleja:

“La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente, podemos decir que la autoestima es lo siguiente:

1. La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
2. La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.” (Branden, 1995, págs. 21-22)

Coopersmith (1967), afirma que la autoestima es “la evaluación que hace el individuo de sí mismo y que tiende a mantenerse. Es decir, La autoestima es el juicio personal de la valía que es expresada en las actitudes que tiene un individuo hacia sí mismo” (Sebastián, 2012)

La comisión de expertos TaskForce de California, define la autoestima como: “Apreciación de la propia valía e importancia y asunción por el individuo de su responsabilidad hacia sí mismo y hacia sus relaciones intra e interpersonales. La autoestima no puede ser simplemente un sentimiento de autosatisfacción, ya que tiene

una gran relevancia también en las relaciones con los demás y con el entorno”. Además, considera la autoestima como algo que se puede aprender, ya que influye la situación anímica general del individuo y ésta es modificable. Dependiendo de cómo el individuo siente que le perciben, aceptan y quieren las personas importantes de su vida, y según se haya desarrollado desde la infancia su seguridad, autoconcepto, sentido de pertenencia, motivación y competencia y las haya integrado en su personalidad, así se desarrollará su nivel de autoestima. (Sebastián, 2012, págs. 24-25)

Según las teorías actuales, en la definición de la autoestima incluye no solo lo que la persona siente piensa y siente respecto a sí misma, sino también cómo se comporta, por ejemplo, si actúa en forma congruente (o no) con sus necesidades, intereses, valores o metas. (Roca, 2014)

“Los autores Wells y Marwell (1976) realizaron una propuesta integradora para definir el concepto de la autoestima. Clasificaron las diferentes definiciones de la autoestima teniendo en cuenta: la evaluación, que enfatiza lo cognitivo y la motivación, que prioriza el papel de los sentimientos. Teniendo en cuenta esto anterior, plantearon tres formas de definir el concepto:

La autoestima como actitud hacia uno mismo. La actitud hacia uno mismo incluye reacciones positivas o negativas, a diferentes niveles: cognitivo, emocional y conductual. Es decir, creencias, emociones y comportamientos.

La autoestima como relación entre el yo-ideal (deseado) y el yo real (percibido). La autoestima sería el sentimiento de satisfacción o insatisfacción de una persona consigo misma y su autoimagen real.

La autoestima como función o componente de la personalidad. Desde esta perspectiva, la autoestima es vista como una parte del sistema del yo, relacionada con la motivación y con la autorregulación.” (Roca, 2014, pág. 33).

TABLA 1: Aspectos comunes de la autoestima.

| <b>ASPECTOS COMUNES DEL CONCEPTO DE LA AUTOESTIMA<br/>SEGÚN LOS DIFERENTES AUTORES.</b> |
|---|
| Factores emocionales.   |

|  |
|--|
| Concepto que cada individuo posee de sí mismo. |
| Bienestar mental.                              |
| Salud mental.                                  |
| Actitud positiva hacia uno mismo.              |

Fuente: elaboración propia

### **Diferenciación entre conceptos: autoconcepto y autoestima:**

La autoestima y el autoconcepto son términos que se confunden fácilmente. Aunque los dos conceptos están relacionados, no son equivalentes. Según Ana Roca García, el autoconcepto prima la dimensión cognitiva, mientras que en la autoestima prevalece la valorativa y afectiva. El autoconcepto participa considerablemente en la conducta y en las vivencias del individuo. La persona va desarrollando su autoconcepto, va creando su propia autoimagen, el autoconcepto no es innato. Cuando hablamos de autoestima, nos estamos refiriendo a una actitud hacia uno mismo. Significa aceptar ciertas características determinadas tanto antropológicas como psicológicas, respetando otros modelos. (García, 2013, pág. 242)

El autoconcepto constituye el componente cognitivo e intelectual de la visión que nos hacemos de nosotros mismos. Si a esto le añadimos los componentes emocionales, nos encontramos con la autoestima. Es decir, acabamos valorándonos positiva o negativamente según sea la imagen que vamos elaborando sobre nuestras disposiciones, capacidades o comportamientos. Todo ello acaba llevando a una forma de ser y de comportarse. (León, Zagalaz, & Colón, 2014)

El autoconcepto es una realidad psíquica muy compleja y dentro de lo que es autoconcepto general se distinguen otros autoconceptos más concretos que se refieren a áreas específicas de la experiencia y que se relacionan a continuación:

- *Autoconcepto físico*: La percepción que uno tiene tanto de su apariencia físicas como de sus habilidades y competencias para cualquier tipo de actividad física.
- *Autoconcepto académico*: Engloba el resultado de experiencias, éxitos, fracasos y valoraciones académicas que el alumno tiene a lo largo de los años escolares.

- *Autoconcepto social:* Consecuencia de las relaciones sociales del alumno, de su habilidad para solucionar problemas sociales, de la adaptación al medio y de la aceptación de los demás.
- *Autoconcepto personal:* Incluye la percepción de la propia identidad y el sentido de responsabilidad, autocontrol y autonomía personales.
- *Autoconcepto emocional:* Se refiere a los sentimientos de bienestar y satisfacción, a la aceptación de sí mismo y a la seguridad y confianza en sus posibilidades. (García, 2013)

### **Componentes de la autoestima:**

Según Voli (1998) existen 5 componentes básicos de la autoestima: seguridad, identidad, integración, finalidad y competencia:

*Seguridad:* Se considera el presupuesto básico de la autoestima. Solamente si la persona está segura de sí misma, se atreverá a actuar de forma confiada. Las características de una persona con seguridad son las siguientes: buena comunicación, se encuentra cómoda para buscar alternativas, contiene una relación de confianza con los demás, etc.

*Identidad:* La identidad se concibe como la “definición de sí mismo” que hacen las personas.

*Integración:* El tercer factor de la autoestima está relacionado con la pertenencia. Con el hecho de sentir que formamos parte de un grupo ya sea este familiar de amigos, de trabajo, etc., y la sensación de que aportamos algo a dicho grupo. Las personas con este sentimiento de pertenencia o integración tienen las siguientes características: Comprenden el sentido de colaboración, participación y amistad; muestran sensibilidad y comprensión por los demás; se sienten valorados por los demás, etc.

*Finalidad:* A este componente también se le puede denominar “motivación”. Cuando se tiene una finalidad o una motivación, hacemos todo lo que sea posible para conseguirlo. Para obtener este componente, lo principal es apreciar en que podemos hacer lo que nos proponemos.

*Competencia:* El sentirse competente forma parte de la valía y conciencia propia. (Sebastián, 2012)

Gastón de Mezerville crea un modelo propio denominado “Proceso de la Autoestima” que surgió de la necesidad de considerar a la autoestima en su espectro más amplio de los conceptos relacionados que la componen. Por lo tanto, se conjuntó los seis componentes asociados más importantes, en términos de interacciones ordenadas, para una mejor comprensión en que la autoestima se expresa y se consolida a nivel personal. Dentro de este proceso se distinguen dos tipos de componentes: Los componentes inferidos (actitudinal) y los componentes observables (conductual).

Los componentes inferidos del proceso de la autoestima: Engloba tres componentes que constituyen los elementos claves para la formación de una sana autoestima a nivel actitudinal. A continuación, se enumera y explica cada uno de ellos:

*La autoimagen:* Consiste en la capacidad de verse a sí mismo tal y como es. Es decir, se entiende como verse con claridad tanto los elementos positivos como negativos. La falta de claridad en la autoimagen es una de las características principales de las personas que poseen una autoestima baja.

*La autovaloración:* Significa apreciarse como una persona importante para uno mismo y para los demás. Percibir con agrado la imagen personal que cada individuo tiene de sí mismo. Por lo tanto, la persona no se ve solamente con claridad como en el componente anterior, sino que además valora positivamente lo que ve.

*La autoconfianza:* Se caracteriza por creer que uno puede hacer las cosas bien y sentirse seguro a la hora de realizarlas.

Los componentes observables del proceso de la autoestima: Son elementos de tipo conductual que representan la manifestación externa de los anteriores

*El autocontrol:* Consiste en manejarse correctamente a nivel personal, es decir, la capacidad de ordenarse uno mismo adecuadamente y ejercer actividades que fomenten el bienestar tanto del individuo como del grupo al que éste pertenece.

*La autoafirmación:* Se define como la libertad de uno mismo para tomar decisiones de una forma autónoma y madura. De esta forma, el individuo tiene la capacidad de expresar sus pensamientos, deseos y habilidades libremente.

*La autorrealización:* El último componente del proceso de la autoestima es el desarrollo y la expresión adecuada de las capacidades propias, para así vivir de

una forma satisfactoria y que se dé provecho para uno mismo y para los demás.  
(Zeller, 1995)

### **Tipos de autoestima:**

La teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985, 1995) se centra en el estudio de la motivación humana. Según este estudio, existen dos principales tipos de autoestima: la contingente y la verdadera.

*La autoestima contingente* es la autoevaluación y el sentimiento de autovalía, basados en asumir como propios valores o metas extremadamente definidos, en vez de basarse en valores y metas autodeterminados. Las personas con autoestima contingente tienden a estar muy preocupadas por mantener los objetivos a los que la asocian, es decir, los intentos de cumplir dichos objetivos pasan a ser su principal motivación, puesto que su autoestima depende de esos objetivos.

Por ello, la autoestima contingente es frágil, porque siempre está en peligro de no realizarse o perderse y tiende a ser inestable. Esto hace que las personas con este tipo de autoestima sean más propensas a atribuirse las metas de los demás para obtener su aprobación y así evitar el dolor emocional de las fluctuaciones de autoestima.

*La autoestima verdadera* se considera a aquella que no depende de la aprobación de los demás. Quienes poseen dicha autoestima se experimentan a sí mismos como valiosos y dignos de ser amados.

Este tipo de autoestima, a diferencia del anterior, tiende a ser estable y no necesita ser probada ni validada y corresponde a una actitud positiva hacia uno mismo, conocerse a sí mismo y funcionar siguiendo las pautas marcadas por su auténtico “yo”. Además, las metas asumidas por las personas son más coherentes con sus propios intereses y necesidades. (Roca, 2014, págs. 45-46)

El autor Epstein diferencia otros dos tipos de autoestima en cuanto a la existencia de procesamiento de la información, experiencial y racional, cada uno dotado de sus propias reglas y esquemas. Estos dos tipos son: autoestima explícita o implícita.

*La autoestima explícita* incluye una autoevaluación global y autoevaluaciones relativas a diferentes áreas (por ejemplo, inteligencia o atractivo). Corresponde a los pensamientos del individuo acerca de lo que cree que es o hace, y lo que desearía ser o hacer. Se trata de una motivación dirigida por pensamientos, más que por emociones.

En cambio, *la autoestima implícita* está formada por esquemas adquiridos mediante experiencias emocionalmente significativas, especialmente en la infancia. (Roca, 2014, págs. 51-52)

#### BAJA AUTOESTIMA:

La baja autoestima suele entenderse como la tendencia a autoevaluarse de forma distorsionadamente negativa, así como los correspondientes sentimientos negativos hacia uno mismo. Rosenberg (1965) decía que la baja autoestima implica autorrechazo, y que la persona con baja autoestima no se respeta a sí misma.

Los especialistas responsabilizan a la baja autoestima de la mayoría de los problemas individuales y sociales.

Sin embargo, desde los años 90 se han ido obteniendo hallazgos en la investigación de la baja autoestima, y estos han supuesto cambios en la concepción de esta.

A diferencia que anteriormente, se dice que ahora las personas con baja autoestima por lo general, no se autoevalúan de forma negativa en forma global, sino solo en áreas más ligadas a la aceptación social.

La baja autoestima se asocia a déficits en cuanto a claridad del autoconcepto.

Algunas de las características asociadas a la baja autoestima son: hipersensibilidad, inestabilidad, timidez, falta de autoconfianza, evitación de riesgos, depresión, pesimismo, soledad o alimentación. (Góngora & Casullo, 2009).

En cuanto a los factores que influyen en el origen de la baja autoestima, el principal sería el resultado de la herencia genética (una influencia próxima al 30% según los estudios de Kendler, Gardner y Prescott (1998)) y el grado de amor, preocupación, interés y aceptación que brindan a los hijos los primeros años de vida. A esto hay que añadir el efecto de modelado o aprendizaje por observación. (Roca, 2014, págs. 90-105)

#### AUTOESTIMA SANA:

La autoestima sana es aquella que favorece el bienestar y el buen funcionamiento psicológico. Es una actitud positiva hacia uno mismo, que influye la tendencia a conducirnos en la forma más sana, feliz y satisfactoria posible, teniendo en cuenta el momento presente y también el medio y largo plazo (Roca, 2005)

Según la definición anterior, para mantener una autoestima sana implicaría lo siguiente:

- Conocernos a nosotros mismos, con nuestros déficits y nuestras cualidades.
- Aceptarnos incondicionalmente, independientemente de nuestras limitaciones o logros o de la aceptación o rechazo de los demás.
- Mantener actitud positiva y respeto hacia nosotros mismos.

### **Consecuencias de los tipos de autoestima:**

Según un estudio que se realizó en 2017 por la Universidad Nacional autónoma de México, Asociación Mexicana de Comportamiento y Salud, se mostró que la claridad emocional juega un rol predictivo sobre las emociones positivas y la autoestima, mientras que la reparación emocional tiene influencia sobre las emociones positivas y una mayor satisfacción en las relaciones interpersonales. Así mismo, las emociones positivas, la autoestima, y las relaciones interpersonales contribuyen juntas a un 50% a la satisfacción de la vida. (Ruvalcaba-Romero, Berrocal, Salazar-Estrada, & Guajardo, 2017)

Según Güell y Muñoz (2000, p. 118), la persona tiene la capacidad de establecer su propia identidad y atribuirse un valor y, a esa valoración se le llama autoestima sana. Señala que “Si conseguimos mantener un buen nivel de autoestima resistiremos las críticas, nos abriremos mejor a los demás, aprenderemos a pedir ayuda y, en general, nos resultará mucho más gratificante vivir, lo que contribuirá también a prevenir cualquier proceso depresivo”. (Pereira, 2007)

Molina, Baldares y Maya (1996, p. 30) describen a las personas con alta autoestima de la siguiente manera:

Una persona con alta autoestima no se considera a sí misma como el centro del universo y mejor que los demás y las demás. Simplemente conoce muchos aspectos de sí misma, tiene autorrespeto y tiene consciencia de su propio valor como persona única e irrepetible. Reconoce sus cualidades buenas, pero no se cree perfecta. Al contrario, puede ser que tenga mucha consciencia sobre sus defectos y del hecho de que ella comete errores. Pero no ve sus defectos y errores como representativos de alguien sin valor, ella los entiende como representativos del ser humano. (Pereira, 2007)

La Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) y la Universidad de Valencia hicieron un estudio sobre la autoestima y la depresión en niños. Se postula que

la depresión y la autoestima están correlacionados de una forma negativa, esto quiere decir que a mayor depresión se dará menor autoestima. (Barrio, Frías, & Mestre, 1994)

Lorenzo (2007) afirma que existen unos rasgos característicos en las personas según su tipo o nivel de autoestima.

TABLA 2: Características según el tipo de autoestima.

| PERSONAS CON AUTOESTIMA ALTA              | PERSONAS CON AUTOESTIMA BAJA  |
|---|---|
| Suelen asumir responsabilidades.          | Suelen despreciar sus dones.  |
| Se sienten orgullosos de sus éxitos.      | Se dejan influir por los demás.   |
| Afrontan las metas con optimismo.         | No se quieren.  |
| Cambian para mejorar.                     | Se sienten impotentes.  |
| Se quieren y se respetan a sí mismos.     | Actúan siempre a la defensiva.  |
| Rechazan las actitudes negativas.         | Culpan a los demás por sus faltas.  |
| Demuestran afecto de forma sincera.       | Son muy sensibles a las críticas y muy críticos con ellos mismos.             |
| Se quieren y se aceptan tal y como son.   | Son muy perfeccionistas.  |
| No son envidiosos.                        | Necesitan la aprobación continua de los demás.                                |
| Toleran bien las frustraciones.           | Suelen sentirse insatisfechos.  |
| Confían en su influencia sobre los demás. | Infravaloran sus éxitos y sobrevaloran sus fracasos.                          |
|   | Piensan que sus éxitos se deben a causas externas y sus fracasos a sí mismos. |
|   | Se culpabilizan de que las cosas no les vayan bien.                           |

(López, 2018)

### Diferencia entre sexos:

Los resultados de varias investigaciones indican que los niveles de autoestima en los varones son significativamente más altos que los alcanzados por las mujeres en la etapa de la adolescencia. Los hombres alcanzan niveles más altos en liderazgo, rendimiento y logro.

Un estudio realizado por Neva Milicic, compuesto por un grupo de 935 niños (482 varones y 453 niñas) muestran una evidencia empírica muy significativa en la línea de comprobar que los varones, en promedio, muestran niveles más altos de autoestima que las niñas. (Muller & Acaiz, 1993)

Molina y Raimundi dividen la autoestima global en los siguientes dominios o autopercepciones: la apariencia física, la aceptación social, el atractivo amoroso, el buen comportamiento, la competencia escolar, la deportiva, la laboral y la amistad íntima. Estos autores hicieron un estudio para comprobar cómo influye el contenido de estas autopercepciones en su autoestima global dependiendo del sexo. Los resultados indicaron que los principales predictores de la autoestima global en las niñas fueron las siguientes variables: aceptación social, comportamiento y apariencia física. el mejor predictor de la autoestima global en las niñas fue la aceptación social, seguido por el comportamiento y la apariencia física. Las autopercepciones de competencias académica y deportiva no resultaron ser predictores significativos de la autoestima. En el caso de los varones, los principales predictores de la autoestima global fueron las mismas variables que en el caso de las niñas. Sin embargo, en este caso, tuvieron un peso relativo diferente en la predicción de la autoestima. El principal predictor de la autoestima fue la apariencia física, seguida por el comportamiento y la aceptación social. También en el caso de los varones, las autopercepciones de competencias académica y deportiva no fueron predictores significativos de la autoestima global. (Molina & Raimundi, 2011)

### **Importancia de la autoestima en educación infantil:**

Los niños con alta autoestima son con frecuencia optimistas y entusiastas respecto a la vida; confiados; amistosos; felices y con sentido del humor; capaces de fijarse metas y de demorar la gratificación. En cambio, los niños con baja autoestima suelen ser tímidos y temerosos de tratar cosas nuevas; cambiantes y negativos; sumisos, imitadores; se conceden poca importancia así mismos; necesitan refuerzo constante.

Los niños con baja autoestima son más proclives a abandonar los estudios, unirse a pandillas o buscar consuelo en las drogas y el alcohol. (Feldman, 2000, pág. 9) Por ello, es importante desarrollar la autoestima desde la infancia.

Generalmente, los niños que tienen dificultad de aprendizaje en la escuela tienen además problemas de autoestima. Por ello, es necesario que se experimente posteriormente una evaluación de esta para que éstos aumenten su rendimiento escolar.

Los maestros pueden hacer mucho para aumentar la autoestima de los alumnos, ya que los niños se desviven por impresionar a sus seres queridos y ser aceptados por ellos. La autoestima en educación es importante porque además de con el rendimiento escolar, tiene que ver con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del niño consigo mismo. (Constantino & Mayuate, 2006)

## **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

En este apartado, se va a realizar el diseño de una propuesta de intervención para trabajar la autoestima con alumnos en la etapa de educación infantil, acorde con el primer objetivo general del trabajo. Dicho apartado se divide en siete subapartados: Introducción; justificación de por qué es necesaria dicha propuesta en educación infantil; objetivos y contenidos de la propuesta obtenidos del currículum de educación infantil en Aragón; la temporalización en la que se van a realizar las diferentes sesiones de la propuesta y los meses en los que se va a llevar a cabo; las diferentes metodologías que se van a utilizar para realizar las actividades, relacionado con el tercer objetivo específico; el desarrollo de las catorce sesiones divididas en cuatro secciones y finalmente, la evaluación.

### **Introducción:**

La autoestima se desarrolla a partir de la interacción humana, mediante la cual, las personas se consideran importantes una para las otras. El yo evoluciona por medio de pequeños logros, los reconocimientos y el éxito.

Gastón de Mézerville (204, p. 61) considera que la autoestima no es innata, que se adquiere y se genera, por lo tanto, también se puede educar desde contextos informales educativos. (Pereira, 2007)

Las agencias y los agentes del proceso de socialización desempeñan un importante papel en el desarrollo de la autoestima, ya sea positiva o negativamente. Las agencias de socialización incluyen a la familia, las instituciones educativas y los medios de comunicación. Los agentes socializantes son aquellas personas que moldean la conducta de la persona en proceso de desarrollo, de modo que se ajuste a los requerimientos sociales. Así, por ejemplo, los padres, madres, hermanos y hermanas, docentes e iguales son agentes de socialización. Pero a la vez, son también agentes de control social, pues controlan la conducta de la persona mediante amenazas, desaprobación o crítica; o bien,

mediante la aprobación, el elogio o la recompensa. De esta manera se va definiendo en la persona su identidad, su auto concepto y la valoración que hace de sí misma. (Pereira, 2007)

En cada uno de los momentos que el estudiante se desenvuelve en el aula, va estableciendo inconscientemente valoraciones y estas, a su vez, están influenciadas por factores internos adquiridos o creados por el sujeto desde su infancia, tales como las ideas, creencias, prácticas o conductas y, los factores externos como los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, los amigos y compañeros de colegio; como también por las personas que les son significativas. Esta configuración de la autoestima permite a los estudiantes construir conceptos de sí mismos y actuar de acuerdo con ello. Así mismo, manifiesta que el rol del docente es vital en la construcción de un clima de aula propicio para el aprendizaje de los alumnos, (Buitrago, Garzón, & Vanegas, 2016)

### **Justificación:**

Si se asume teóricamente que existe una relación directamente proporcional entre los niveles de autoestima y los niveles de aprendizaje, entonces aumentar la autoestima de los alumnos significa mejorar sus niveles de aprendizaje y de igual forma las posibilidades de éxito de estos en la vida privada y profesional. (Padrón & Hernández, 2005)

Por ello, trabajar la autoestima en las aulas de Educación Infantil es importante para un buen desarrollo global de los alumnos. Para los niños una autoestima sana o elevada es especialmente útil, puesto que ayuda a la percepción buena y real de las experiencias de la vida. Un niño que se siente orgulloso y satisfecho de sí mismo, puede ser capaz de hacer frente a los problemas de la vida cotidiana de tal manera que nunca se conviertan en dificultades mayores o problemas permanentes. (Vázquez, 2016)

El maestro posee los recursos necesarios para aumentar la autoestima del alumno en tanto que ambos poseen la capacidad de comprender y amar. Existen procedimientos de enseñanza que fortalecen y desarrollan la autoestima y que tanto el maestro como los alumnos y las demás personas pueden y deben practicar en la familia, la escuela y la comunidad. A continuación, algunos consejos y procedimientos:

- 1- Respetar el trabajo y el esfuerzo que realizan los alumnos.

- 2- Estimularlos a emprender acciones y reconocerle sus éxitos.
- 3- Estimularlos y ayudarlos a la realización de ejercicios físicos.
- 4- Crearles ambientes de tranquilidad, seguridad y confianza.
- 5- Ayudarlos a solucionar problemas de aprendizaje y educación.
- 6- Inculcarles la idea de que sí pueden y son capaces.
- 7- Evaluarles el proceso de aprendizaje tanto como los resultados.
- 8- Enfatizar en sus actitudes tanto como en los conocimientos.
- 9- Enseñarles a sentarse relajadamente y respirar profundamente.
- 10- Desarrollarles habilidades para relacionarse con los demás.
- 11- Enseñarlos con el ejemplo personal a amarse a sí mismos, a la familia, a los amigos, a la naturaleza, y a la sociedad. (Padrón & Hernández, 2005)

### **Objetivos y contenidos según el currículo:**

Según la ORDEN de 10 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se amplía la Orden de 15 noviembre de 2007, por la que se convocan subvenciones para reconocimientos médicos de participantes en actividad deportiva escolar en el ejercicio 2008., los contenidos del currículo que se abordan se disgregan en tres áreas. Del área de *Conocimiento de sí mismo y autonomía personal* se trabajan los siguientes contenidos:

- Identificación, expresión y control progresivo de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás.
- Confianza, cada vez más ajustada, en sus propias posibilidades para resolver situaciones de la vida cotidiana y para aceptar sus limitaciones.
- Manifestación y regulación progresiva de sentimientos, vivencias, preferencias e intereses.

#### *Área del conocimiento del entorno:*

- Actitud de escucha y respeto a los demás e interés por explicaciones de otros niños y personas adultas.

- Respeto a la diversidad de sexos, etnias y culturas de las personas que lo rodean.

*Área de los lenguajes: comunicación y representación:*

- Expresión de mensajes referidos a necesidades, emociones, deseos, vivencias y propuestas mediante el lenguaje oral y otros elementos paralingüísticos.
- Utilización de los medios expresivos a su alcance (llanto, emisiones vocálicas, sonrisas, movimientos, gestos, etc.) para comunicar necesidades, sensaciones y deseos.
- Interés por expresar sus propios deseos y sensaciones.

Los objetivos según la ORDEN de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, son los siguientes:

En cuanto al área: *“Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”* engloba los siguientes objetivos:

- Elaborar de forma progresiva y positiva de sí mismo a través de la gradual identificación de sus características y cualidades personales, de sus posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Identificar gradualmente los propios sentimientos, emociones y necesidades, ir aprendiendo a comunicarlos a los demás e ir identificando y respetando a también los otros.
- Aprender a identificar, respetar y valorar las características y cualidades de los otros e ir aceptando la diversidad como una realidad enriquecedora.
- Construir progresivamente su esquema corporal e ir utilizando las propias posibilidades motrices, sensitivas, expresivas y cognitivas de forma placentera a través de juegos de exploración sensoriomotriz y simbólicos, e iniciarse en la representación de la acción.
- Adquirir progresivamente hábitos y actitudes relacionadas con el bienestar emocional, la seguridad personal, la higiene y la salud.

Respecto al área: *Conocimiento del entorno.:*

- Descubrir, observar, explorar y apreciar el entorno físico, natural y social que los rodea, desarrollando el sentido de pertenencia al mismo, identificando algunos factores en su cuidad y respeto, valorando su importancia para la vida humana.
- Iniciar el conocimiento de las normas y modos de comportamiento social de los grupos de los que forman parte, para ir estableciendo progresivamente vínculos de relación interpersonal.
- Tomar progresivamente en consideración a los otros, regular su propio comportamiento, identificar sus posibilidades y limitaciones y valorar las ventajas de la vida en grupo.

Respecto al área: *Los lenguajes: comunicación y representación:*

- Interesarse por expresar sus deseos y sensaciones y por participar en distintas situaciones de comunicación.

### **Temporalización:**

Teniendo en cuenta el mes más acorde para llevar a cabo la propuesta de intervención, esta comenzará a mitad de febrero, concretamente una vez terminada la semana de carnaval, y finalizará a mitad de marzo. Se ha elegido este periodo de tiempo debido a que en este no hay ninguna festividad que celebrar. Además, los alumnos están recién empezando el segundo trimestre, por lo tanto, conocen lo suficiente a sus compañeros y al colegio para trabajar el tema de la autoestima.

La propuesta cuenta con 14 sesiones y a lo largo de la jornada diaria, las sesiones se realizarán siempre antes el almuerzo o después del recreo, dependiendo del tipo de actividad que se vaya a realizar.

TABLA 3: Temporalización febrero

#### CALENDARIO FEBRERO 2021

| LUNES                 | MARTES    | MIÉRCOLES             | JUEVES    | VIERNES               | SÁBADO    | DOMINGO   |
|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------|
| <b>1</b>              | <b>2</b>  | <b>3</b>              | <b>4</b>  | <b>5</b>              | <b>6</b>  | <b>7</b>  |
| <b>8</b>              | <b>9</b>  | <b>10</b>             | <b>11</b> | <b>12</b>             | <b>13</b> | <b>14</b> |
| <b>15</b><br>Sesión 1 | <b>16</b> | <b>17</b><br>Sesión 2 | <b>18</b> | <b>19</b><br>Sesión 3 | <b>20</b> | <b>21</b> |

|                       |           |                       |           |                       |           |           |
|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------|
| <b>22</b><br>Sesión 4 | <b>23</b> | <b>24</b><br>Sesión 5 | <b>25</b> | <b>26</b><br>Sesión 6 | <b>27</b> | <b>28</b> |
|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------|

TABLA 4: Temporalización Marzo

CALENDARIO MARZO 2021

| LUNES                  | MARTES    | MIÉRCOLES              | JUEVES    | VIERNES                | SÁBADO    | DOMINNGO  |
|------------------------|-----------|------------------------|-----------|------------------------|-----------|-----------|
| <b>1</b><br>Sesión 7   | <b>2</b>  | <b>3</b><br>Sesión 8   | <b>4</b>  | <b>5</b><br>Sesión 9   | <b>6</b>  | <b>7</b>  |
| <b>8</b><br>Sesión 10  | <b>9</b>  | <b>10</b><br>Sesión 11 | <b>11</b> | <b>12</b><br>Sesión 12 | <b>13</b> | <b>14</b> |
| <b>15</b><br>Sesión 13 | <b>16</b> | <b>17</b><br>Sesión 14 | <b>18</b> | <b>19</b>              | <b>20</b> | <b>21</b> |
| <b>22</b>              | <b>23</b> | <b>24</b>              | <b>25</b> | <b>26</b>              | <b>27</b> | <b>28</b> |
| <b>29</b>              | <b>30</b> | <b>31</b>              |           |                        |           |           |

**Metodología:**

La situación sanitaria que vivimos actualmente (covid-19) ha impedido que se pudiese realizar una intervención en el aula, por lo tanto, ésta ha sido sustituida por el diseño de una propuesta de intervención.

. A la hora de ejecutar la estructura de la distribución de las sesiones he tenido en cuenta el libro de: *“Autoestima... ¿Cómo desarrollarla?”* De Jean R. Feldman.

Para realizar la propuesta de intervención explicada posteriormente, se han tenido en cuenta los siguientes principios metodológicos:

*El juego:* Permite al niño implicarse en distintos aspectos: afectivamente, físicamente, emocionalmente, cognitivamente, emocionalmente. Es una forma natural de adquirir conocimientos, de intercambiar experiencias, de ponerse en el lugar de la otra persona. (Martín, 1997)

*El enfoque globalizador:* Las actividades de enseñanza-aprendizaje permite al alumno implicarse globalmente, tanto físicamente como cognitivamente, y que las actividades tengan algún sentido y en las que pueden atribuir significado a lo que hacen. (Martín, 1997)

*Inclusiva:* La metodología inclusiva es aquella que asume el principio del respeto y reconocimiento a la diferencia del alumnado y que se organiza de una forma flexible, a fin de que pueda atender a toda la diversidad de alumnado existente. Por tanto, no discrimina ni segrega, sino que favorece la integración y combate el fracaso escolar trabajando por el éxito educativo de todos. (Agudo, 2014)

*Centro de interés:* Esta metodología de Ovidio Decroly (1871-1932), impulsa el método global. Significa que el conocimiento y la percepción son globales. idea central es proporcionar al niño varios ambientes con una serie de materiales que se focalizan en ciertas acciones o temas como la construcción, la lectura, la dramatización, el hogar, la tienda, el restaurante, los niños juegan de forma independiente desarrollando sus habilidades cognitivas, motrices, socio afectivas y lingüísticas. (Dávila, 2015)

*Aprendizaje Social:* Aprender es un proceso social, cada proceso de enseñanza-aprendizaje es una interacción social. (Vélez & Olivencia, 2019)

*Aprendizaje autorregulado:* cada estudiante debe percibir sus propias actividades correctamente, evaluar los resultados de estas. (Vélez & Olivencia, 2019)

Además de los principios metodológicos anteriores, el ambiente en el aula es muy importante para desarrollar la propuesta de una forma óptima. Éste tiene que ser un ambiente acogedor, teniendo en cuenta la distribución y la organización de los espacios y los materiales.

Finalmente, las actividades se llevarán a cabo tanto de forma individual como grupal. Grupales porque de esta forma los alumnos aprenden a trabajar desde pequeños cooperando con los demás, lo que es beneficioso para la autoestima de ellos. Y las actividades individuales también son importantes porque desarrollan su autonomía y su autoconcepto.

### **Desarrollo de las sesiones:**

Las catorce sesiones van a estar divididas en cuatro secciones:

La primera sección en “Aceptación de sí mismo”: Las primeras 4 sesiones nos centraremos en hacer lo que a cada alumno le hace especial para mejorar su confianza.

La segunda sección englobará las “Experiencias de trabajo cooperativo”: La autoestima está muy relacionada con la amistad. Estas sesiones les ayudarán a desarrollar habilidades sociales positivas y presentar experiencias de trabajo cooperativo. Esta sección está compuesta por 4 sesiones.

La tercera sección será “Sentimientos y emociones”: Es importante que los niños reconozcan sus sentimientos y emociones y aprendan a afrontarlos. Que aprendan que todos tienen sentimientos diferentes. Esta tercera sección se compone de 4 sesiones.

La cuarta sección consistirá en “Adaptabilidad y autoprotección”: En esta sección de 2 sesiones, se enseñará a los alumnos a protegerse a sí mismos, a cuidar de su cuerpo y a fijar metas para su futuro. (Feldman, 2000)

### ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO:

#### SESIÓN 1: *MI ESPEJO.*

Antes de trabajar con la autoestima, en estas edades se tiene que trabajar primero el autoconcepto. Esto favorece la construcción de la propia imagen, que es el primer paso para desarrollar la autoestima. Primero deben tener un autoconcepto de sí mismos para posteriormente aceptar ese autoconcepto.

#### Objetivos:

- Expresar cualidades de uno mismo.
- Valorar nuestras cualidades.

#### Recursos materiales:

- Espejos individuales o un espejo grande.
- Hojas en blanco.
- Pinturas de colores.

#### Temporalización:

Esta sesión tendrá una duración de 30 minutos y se realizará en la hora antes del recreo.

Referencias: (Cassà, 2007)

Desarrollo de la actividad:

Para empezar con la propuesta de intervención, se realizará un trabajo en grupo en el que participen de manera colectiva, y posteriormente se hará un trabajo individual.

La actividad se realizará en la asamblea. Los alumnos se pondrán de pie en forma círculo, de forma que todos tengan la posibilidad de mirarse a todos. Se tendrán que fijar en silencio en las características físicas básicas de cada uno que hacen que todos seamos diferentes: el color de ojos, el pelo, la boca, la nariz, la altura etc.

Una vez se hayan fijado todos en todos en la maestra irá pasando de uno en uno un espejo para que cada alumno, individualmente, explicaran sus propias características.

Cuando todos hayan explicado sus características, se sentarán en su sitio y tendrán que dibujarse en una hoja en blanco a sí mismos. Estos dibujos serán colgados en clase.

*SESIÓN 2: TARJETA DE RASGOS.*

Objetivos:

- Trabajar el autoconcepto.
- Identificar los rasgos físicos de uno mismo.
- Identificar los rasgos personales de uno mismo.

Recursos materiales:

- Tarjetas con rasgos físicos.
- Tarjetas con rasgos personales.
- Cartulina.

Temporalización:

La duración de la actividad será de aproximadamente 50 minutos y se realizará en la hora posterior al recreo.

Referencias: (Fuentes, 2020)

Desarrollo de la actividad:

La actividad tendrá comienzo en la asamblea de forma que los alumnos estén ubicados en círculo alrededor de la maestra. Esta colocará en el suelo las diferentes fichas de rasgos. En un lado posicionará todas las fichas de rasgos físicos (alto, rubio, color de ojos azul etc.) y en el otro, las fichas de rasgos personales (alegre, cariñoso, deportista, callado.) (Anexo 1)

Después, se les pedirá a los alumnos que elijan diez del total de las tarjetas (cinco de rasgos físicos y otras cinco de rasgos de personalidad) que piensen que les definan. Posteriormente, se irán a sus mesas y pegarán las 10 tarjetas alrededor de una cartulina.

Para finalizar, cada alumno explicará sus 10 rasgos que le identifican y le diferencian de los demás.

### SESIÓN 3: *EL VIENTO SOPLA SOBRE LOS QUE...*

#### Objetivos:

- Intercambiar informaciones sobre uno mismo.
- Identificar los rasgos iguales a los de los demás.

#### Recursos materiales:

- Sillas.
- Música.

#### Temporalización:

La actividad durará unos 35 minutos y se llevará a cabo en la hora de la vuelta del recreo.

#### Referencias: (Novara, 2005)

#### Desarrollo de la actividad:

La distribución para la sesión número tres será en forma de círculo alrededor de sillas. El número de estas será el número que alumnos haya, faltando siempre una silla. La música sonará y los alumnos tendrán que dar vueltas alrededor de las sillas y en el momento en el que la maestra pare la música, estos deberán sentarse en una silla. Como hay una silla menos que el total de número de alumnos siempre va a haber un niño o niña que se quede de pie. Éste tendrá que ponerse en medio del círculo y dirá la siguiente frase: “El gran viento sopla sobre todos los que como yo...”, y expresa una característica suya.

Los que tengan esa característica en común tendrán que levantarse y dar un abrazo a las personas con sus mismos rasgos.

Esta actividad se repetirá las veces que se desee. Un número recomendado es repetirlo unas cinco o seis veces para procurar que todos hayan tenido que salir al centro.

#### SESIÓN 4: *SOY IMPORTANTE*

##### Objetivos:

- Desarrollar una imagen positiva de cada uno.
- Tomar conciencia de su importancia en diferentes ámbitos.

##### Recursos materiales:

- Fotografías de los alumnos.
- Fichas “Escuela”
- Fichas “Familia”

##### Temporalización:

La duración de la actividad será de 50 minutos aproximadamente y se realizará antes de la hora del recreo.

##### Referencias: (Pi, 2013)

##### Desarrollo de la actividad:

Para iniciar la actividad se realizará una asamblea en la que se les mostrará a los alumnos una ficha con un dibujo de la escuela (anexo 2) y otra con un dibujo de la familia (anexo 3). Una vez observadas las fichas, la maestra realizará preguntas como las siguientes:

- ¿Por qué eres importante en casa?
- ¿Por qué eres importante en la escuela?
- ¿Estás contento en la escuela? ¿Y en la casa?
- ¿Qué es lo que más te gusta? ¿Qué es lo que menos?

Una vez se hayan expresado todos los alumnos, volverán a sus mesas y se les repartirá una ficha de cada a los alumnos, de forma individual, para que peguen su foto

en la ficha. Posteriormente, se volverá a realizar una asamblea para preguntar que dónde han pegado su foto y el por qué. Se comentará cómo en su casa y en la escuela cada uno tiene un espacio reservado para él como puede ser una cama, la mesa, la percha... etc. De esta forma, les haremos entender que todos son muy importantes en varios contextos diferentes.

### EXPERIENCIAS DE TRABAJO COOPERATIVO:

#### SESIÓN 5: *OVILLO DE LANA*.

##### Objetivos:

- Sentirse parte de un grupo.
- Conocer a los demás.
- Aprender a cooperar.

##### Recursos materiales:

- Ovillo de lana.

##### Temporalización:

La actividad durará alrededor de 20 minutos, dependiendo del número de alumnos que haya en la clase. Se realizará después del recreo.

##### Referencias: (Cabeza, 2008)

##### Desarrollo de la actividad:

Esta actividad tendrá lugar en la asamblea y los alumnos se sentarán en círculo alrededor de la maestra. Ésta comenzará con el ovillo de lana y dirá su nombre y una cualidad suya positiva y le pasará el ovillo a un alumno diciendo su nombre y una cualidad positiva: Ejemplo: “*Yo me llamo María soy amable y le paso el ovillo a Félix que es muy cariñoso*”. Después, el alumno que ha recibido el ovillo repite la actividad, y así todos los alumnos de forma consecutiva.

Una vez se haya pasado todo el ovillo, se les pedirá a los alumnos que observen la red y la conexión que se ha formado y se le realizará una serie de preguntas para que reflexionen. Se le pedirá a un alumno aleatorio que suelte del ovillo para que comprueben que con que uno solo del grupo falle, afecta a todos puesto que todos son importantes en el grupo de la misma forma.

## SESIÓN 6: *AMIGO BINGO*.

### Objetivos:

- Escuchar las aficiones de los compañeros.
- Sentir que te escuchan.
- Sentir que formas parte de un grupo.

### Recursos materiales:

- Cartones de bingo.

### Temporalización:

Esta actividad tendrá una duración de 30 minutos aproximadamente y se llevará a cabo en la hora anterior al recreo.

### Referencias: (Andujar, 2016)

### Desarrollo de la actividad:

Se repartirán aleatoriamente diferentes cartones de bingo a todos los alumnos y alumnas. Los cartones tendrán el número de preguntas que alumnos haya en clase del mismo tema relacionado. Por ejemplo, “Lo que he hecho este fin de semana” “Mis aficiones” etc. (Anexo 4)

Los alumnos deberán pasearse por la clase, preguntado a sus compañeros las preguntas que tienen en el cartón de bingo buscando que alguien le diga “Sí”. Cuando un alumno tenga en todas las preguntas SI gritará la palabra “Bingo”.

Las preguntas del bingo las crea maestra a raíz de la información que tiene de cada alumno para que de esta forma todos tengan la posibilidad de cantar bingo y todos se sientan identificados con las preguntas.

## SESIÓN 7: *SEAMOS UNO*

### Objetivos:

- Imitar los gestos de los compañeros.

### Recursos materiales:

- Ordenador/radio casete.

- Música.

Temporalización:

Esta actividad tendrá una duración de unos 30 minutos y se realizará en la hora de antes del recreo.

Referencias: (Bernal, 2017)

Desarrollo de la actividad:

Esta sesión tendrá lugar en el recreo o en el aula de psicomotricidad en el caso de que el tiempo no permita salir al aire libre. Se pondrá de fondo canciones que ellos hayan pedido o sugerido posteriormente y los alumnos se pondrán a bailar. Después, un alumno de forma aleatoria se pondrá en el medio a hacer sus propios pasos de baile y el resto de la clase tendrá que imitarle. Los alumnos irán rotando para que todos sean protagonistas en este juego.

Con esta actividad se conseguirá que los alumnos sientan que todos forman una unión y pierdan la vergüenza y el miedo.

**SESIÓN 8: *APRENDO A ESCUCHAR.***

Objetivos:

- Potenciar la escucha activa.

Recursos materiales:

- No se necesitan recursos materiales

Temporalización:

La actividad tendrá una temporalización de aproximadamente 30 minutos y se llevará a cabo a la hora de después del recreo.

Referencias: (Velázquez, 2015)

Desarrollo de la actividad:

El objetivo de esta actividad es potenciar la escucha activa entre los compañeros. Para ello, antes de realizar la actividad, la maestra explicará en una pequeña asamblea cómo debemos escuchar de una forma correcta:

- Hay que mirar a la persona que nos está hablando.
- Las orejas tienen que estar “bien abiertas.”
- No se interrumpe al compañero cuando habla.
- Intentamos no distraernos cuando un compañero esté hablando.

Una vez la maestra haya dado las pautas expuestas anteriormente, formarán grupos de máximo cinco alumnos en cada uno. La maestra empezará contando una historia sencilla y posteriormente, por turnos previamente establecidos, los alumnos deberán continuar la historia. El tiempo de participación de cada alumno deberá de ser corto para que los demás compañeros puedan seguir con cierta coherencia la historia.

### SENTIMIENTOS Y EMOCIONES:

#### *SESIÓN 9: CUBO DE LAS EMOCIONES:*

##### Objetivos:

- Reconocer sentimientos y/o emociones.
- Trabajar la empatía.

##### Recursos materiales:

- Un cartón con imágenes de las diferentes emociones para formar un cubo.

##### Temporalización:

30 minutos aproximadamente. Se llevará a cabo en la hora de después del recreo.

##### Referencias: (Broch, M.R., 2014)

##### Desarrollo de la actividad:

Esta sesión se llevará a cabo en la asamblea, ubicándose los alumnos alrededor de la maestra. Uno por uno, irá tirando el dado y tendrán que explicar al resto de sus compañeros un momento de su vida en el que hayan sentido la emoción que les ha aparecido en el cubo. (Anexo 5)

La maestra hará de intermediaria para realizar preguntas al alumno como, por ejemplo:

- ¿Te gustó esa sensación?

- ¿Te gustaría volverla a sentir?
- ¿Qué hiciste cuando sentiste eso?

## SESIÓN 10: *DRAMATIZACIÓN DE SENTIMIENTOS*

### Objetivos:

- Reconocer los sentimientos que expresan los compañeros.
- Representar diferentes situaciones.

### Recursos materiales:

- Fichas con situaciones para representar.

### Temporalización:

Esta actividad tendrá una duración de cuarenta minutos y se realizará en la hora posterior al recreo.

### Referencias: (Cruz, 2014)

### Desarrollo de la actividad:

“Los juegos de expresión dramática y corporal deben ser utilizados por el profesor con la finalidad de conseguir la comunicación y aprendizaje de la utilización de su cuerpo para expresar situaciones, acciones, deseos y sentimientos, tanto reales como imaginarios” (Cruz, 2014)

“El lenguaje del cuerpo es el más directo y el más claro. Un gesto de dolor se entiende más rápidamente que si lo contamos. Si se quieren transmitir no sólo ideas, sino sobre todo sentimientos, no se puede estar inmóvil. Además, el gesto es un lenguaje universal que todo el mundo comprenderá. Los mismos sentimientos en distintos países serán expresados con los mismos gestos. No necesitan traducción.” (Miravalles, 1990)

Siguiendo estas afirmaciones teóricas de distintos autores, se realizará una dramatización corporal de los sentimientos. Dividiremos a los alumnos en grupos de cuatro o cinco personas. A cada grupo se le repartirá una serie de situaciones, después de uno en uno elegirá una situación al azar y tendrá que interpretarla al resto de sus compañeros. Estos deben adivinar qué emoción está expresando su compañero. La maestra en todo momento estará supervisando todos los grupos.

Una vez hayan dramatizado todos los alumnos de cada grupo, se realizará una pequeña asamblea para que cada grupo comparta con el resto lo que han representado, las emociones que han adivinado, si ha habido alguna confusión etc.

Algunos ejemplos de las posibles situaciones a interpretar son:

- “Me levanto el día de mi cumpleaños con un regalo sorpresa.”
- “Un amigo me ha dicho una palabra que no me gusta.”
- “La maestra me ha dicho que he hecho muy bien el trabajo de hoy.”
- “Mi mamá o papá me han puesto de almuerzo una comida que no me gusta nada.”

#### SESIÓN 11: “*ASÍ ES MI CORAZÓN*”.

##### Objetivos:

- Trabajar la escucha activa.
- Identificar los sentimientos en el cuento.

##### Recursos Materiales:

- Cuento: “Así es mi corazón”
- Papel en blanco.
- Bolígrafos de colores.

##### Temporalización:

Esta actividad durará unos 50 minutos y se llevará a cabo en la hora anterior al recreo.

##### Referencias: (Macías, 2010) y (Witek, 2014)

##### Desarrollo de la actividad:

La literatura infantil desnuda sentimientos y emociones infantiles. La sensación del adulto de que el niño o niña no reflexione y de que sus sentimientos son limitados queda claramente desmitificada. La enorme variedad de sentimientos que reflejan las obras literarias infantiles va más allá de la tristeza, el enfado o la alegría.

Por tanto, las obras literarias infantiles cumplen una labor educativa muy importante al influir en la formación de la inteligencia emocional. La emoción es una de las bases que sustenta la literatura infantil. (Macías, 2010)

Esta actividad se realizará en la asamblea, los alumnos sentados en círculo alrededor de la maestra. La maestra leerá el cuento “Así es mi corazón” en voz alta, realizando preguntas antes de la lectura, parándose en cada página para preguntar a los alumnos si les gusta la emoción que siente el protagonista, y haciendo preguntas después de la lectura.

Una vez leído el cuento, los alumnos volverán a la silla y tendrán que dibujar su corazón como ellos consideren que es.

## SESIÓN 12: *MASAJES, ¿QUÉ BIENESTAR!*

### Objetivos:

- Adquirir estrategias de relajación y bienestar.
- Favorecer el clima afectivo en el aula.

### Recursos materiales:

- Música relajante.
- Radiocasete.
- Pelotas suaves.
- Colchonetas.

### Temporalización:

Esta actividad tendrá una temporalización de veinte o treinta minutos aproximadamente y se realizará después del recreo.

### Referencias: (Cassá, 2005)

### Desarrollo de la actividad:

Para potenciar los vínculos afectivos y la relación entre los niños y las niñas del aula se realizará un masaje compartido.

Esta actividad se realizará en el aula de psicomotricidad con las luces apagadas mientras suena una música tranquila y agradable para ayudar a los alumnos a relajarse.

Los alumnos se colocarán en parejas. Un miembro de la pareja cogerá una pelota suave y le dará un masaje por el pelo, las manos, los brazos etc.... a su compañero. Una vez termine, se intercambiarán los roles en la pareja.

Para finalizar, la maestra preguntará a los alumnos cómo se han sentido, qué más les ha gustado, qué menos etc.

### CAMBIOS, ADAPTABILIDAD Y AUTOPROTECCIÓN:

#### SESIÓN 13: *SÍ O NO*.

##### Objetivo:

- Aprender a hacer elecciones.
- Expresar tus sentimientos.

##### Recursos materiales:

- Rotuladores de colores.
- Hojas en blanco
- Tijeras.
- Cinta adhesiva.
- Palitos de helado.

##### Temporalización:

El total de esta actividad tendrá una temporalización de 50 minutos y se realizará antes de la hora del recreo.

##### Referencia: (Feldman, 2000)

##### Desarrollo de la actividad:

Cada niño recortará una hoja en blanco en forma de círculo con ayuda de un molde, y dependiendo la edad la maestra ayudará a recortar. Los alumnos deberán de colorear en una cara de la hoja una carita sonriente, y en la otra una carita triste. Después se pegará con cinta adhesiva los círculos con las caritas dibujadas y coloreadas a los dos lados, en unos palitos de helado.

Después se realizará una asamblea y la maestra explicará la importancia de elegir bien y lo que uno quiere. Después preguntará a cada alumno una serie de situaciones y

ellos tienen que responder con la manualidad hecha anteriormente lo que harían. La carita sonriente significa sí y la carita triste significa no.

Algún ejemplo de las situaciones que preguntará la maestra:

- Tu mejor amigo te dice: “Vamos a molestar a un compañero”, ¿lo haces?
- Estás jugando solo y un compañero te dice que quiere jugar contigo, ¿le dejas?

Cabe destacar que la intención de esta actividad no es que los niños respondan lo políticamente correcto, sino que sean capaces de responder lo que realmente ellos harían, que aprendan a decidir.

#### SESIÓN 14: *LÍNEA DE LA VIDA*

##### Objetivos:

- Observar los cambios en el cuerpo de uno mismo.
- Aceptar esos cambios.
- Aprender que vamos a seguir cambiando.

##### Recursos materiales:

- Una tira de papel de 1 m X 20 cm.
- Fotografías de cada uno.
- Rotuladores de colores.

##### Temporalización:

Esta actividad tendrá una duración de 50 minutos. Se realizará antes de la hora del recreo.

##### Referencias: (Feldman, 2000)

##### Desarrollo de la actividad:

Una semana antes de realizar esta actividad, se deberá escribir una nota para los padres diciendo que entreguen una fotografía de cada año de la vida del alumno.

La profesora dibujará una línea horizontal en el papel. Escribiendo las diferentes edades debajo de la línea:

Bebé                      Uno                      Dos                      Tres                      Cuatro                      Cinco



Se colocará las imágenes encima de cada año, después los alumnos tendrán que decorar la línea de su vida como ellos quieran. Una vez la hayan decorado, se les enseñará a los alumnos el cambio y la evolución que han tenido a lo largo de sus años.

Finalmente, se les preguntará a los alumnos qué han sentido, si les ha gustado el cambio, si les gustaría cambiar algo en el futuro etc.

### **Evaluación:**

Teniendo en cuenta que la metodología inclusiva de la propuesta de intervención, la evaluación para el docente será el “*Index for inclusión*” (El libro guía de la inclusión). (Booth y Aiscow, 2000). Que trata sobre una guía de autoevaluación que sirve para revisar el grado en que sus proyectos educativos y sus prácticas de aula tienen una orientación inclusiva para facilitar la identificación de las barreras. Como dicen los autores del “*Index for inclusión*” “*Tenemos que empezar a evaluar lo que importa y no sólo a dar importancia a lo que evaluamos*”. (Booth y Aiscow, 2000)

Centrándome en la evaluación de las actividades de la propuesta en sí, es conveniente realizar varios tipos de evaluación. En este caso se realizará una evaluación inicial, otra procesual y una final.

La evaluación inicial, para conocer los niveles de autoestima previos que tienen los alumnos. Esta evaluación se llevará a cabo antes de realizar cualquier actividad. Se realizará a los alumnos el cuestionario EDINA para determinar la autoestima infantil. Se trata de una escala independiente que mide la autoestima del niño en una escala general y cinco secundarias. Los factores que estudia son el ámbito corporal, personal, académico, social y familiar del niño. (Dina, 2018). Se realizará de forma individual. (Anexo 6)

La evaluación procesual o evaluación formativa, consiste según Córdoba (2006): “En la propuesta de una evaluación formativa conlleva a una acción permanente y continua de valoración y reflexión sobre el desarrollo y evolución del aprendizaje y formación de los estudiantes y es parte consustancial del proceso de enseñanza y aprendizaje. La evaluación de carácter formativo implica para el docente “ir detrás de”, reconocer lo que sus estudiantes hacen y cómo lo hacen a partir de las evidencias que dejan de sus actuaciones académicas luego de realizar una actividad evaluativa, para valorarlas y a la vez proponer alternativas de cambio y mejoramiento que contribuyan a la formación de los estudiantes” (p.7) (Giraldo & Hoyos, 2015). Para llevar a cabo esta

evaluación se realizará un diario de clase en el que la maestra apuntará todo lo destacable que haya observado en cada sesión. (Anexo 7)

En cuanto a la evaluación final, se realizará individualmente para comprobar si los alumnos han superado los objetivos planteados anteriormente. Después de realizar dicha evaluación, la maestra debe observar los resultados y realizar una autorreflexión sobre lo que podría mejorar: si se tuviera que añadir o eliminar actividades etc. La maestra deberá marcar con una X la casilla “SÍ” en el caso de que el alumno haya superado los objetivos y la casilla “NO” en el caso de que no haya adquirido los conocimientos necesarios en los objetivos (Anexo 8)

## **ESTUDIO SOBRE LA AUTOESTIMA DE LAS MAESTRAS Y LOS MAESTROS EN EDUCACIÓN INFANTIL.**

Este apartado se centra en una investigación acerca de la autoestima de los maestros en la etapa de educación infantil, acorde con el segundo objetivo general del trabajo. Se realizará con el instrumento de la escala de autoestima de Rosenberg haciendo referencia al siguiente objetivo específico: “Realizar la escala Rosenberg de la autoestima a maestros de educación infantil.”

Contiene 10 subapartados: Una introducción que explica la importancia de la autoestima en maestros; los objetivos de la investigación; la metodología que se ha utilizado; una explicación sobre cómo se ha realizado la recogida de datos; un subapartado que explica los participantes de la escala: su edad, sexo, años ejercidos etc.; un análisis de las correlaciones significativas entre las variables; los resultados que se han obtenido de la escala; un análisis de los resultados obtenidos en el apartado anterior y finalmente una conclusión.

### **Introducción**

Además de en el ámbito personal, la autoestima resulta un área importante para el laboral y en este caso en concreto, el ámbito educativo para los maestros de cualquier nivel. La percepción y la valoración de las personas sobre sí mismas condicionan su equilibrio psicológico, su relación con los demás y su rendimiento personal. (Sebastián, 2012)

Voli (1995:50) define la autoestima docente como “apreciación de la propia valía e importancia y de la propia toma de responsabilidad hacia sí mismo y hacia sus relaciones intra e interpersonales” (León, Zagalaz, & Colón, 2014)

Los docentes tienen que entender que la autoestima también se puede aprender, por lo tanto, se puede educar. Un educador tiene el poder de transmitir su situación anímica a sus alumnos, los cuales, de forma directa o indirecta le toman como modelo. (León, Zagalaz, & Colón, 2014). Además, cada educador transmite su situación anímica a sus alumnos. Esto es importante puesto que ellos los ven como “modelos”. Debido a esto, es necesario que el docente en su labor educativa sea consciente de ello ya que el docente no deja de transmitir su valía y aprecio. (Sebastián, 2012)

Una autoestima positiva por parte del docente se constituiría en una contribución esencial para el proceso vital, entregando elementos para un desarrollo normal y saludable. Lo contrario, es decir, un nivel de autoestima negativo o bajo podría conducir al sujeto a una desintegración humana y personal, lo cual constituiría un factor negativo en el proceso de evaluación, ya que el impacto provocado por los malos resultados obtenidos no promueve una superación por parte de los profesores y profesoras, sino que más bien les provoca una sensación de fracaso, anulando su motivación para desarrollar cambios de mejora o perfeccionamiento, lo que indirectamente, afecta al aprendizaje de sus alumnos. (Wilhelm, Martin, & Miranda, 2012).

La autoestima elevada es importante para los docentes, pues les posibilita mayor seguridad y confianza a la hora de realizar el proceso de enseñanza aprendizaje. Les permite tener una valoración propia de sus posibilidades de actuar en un momento dado a partir de sus conocimientos y de poder determinar hasta dónde puede llegar en una actividad determinada, les dan más valor a lo que saben y a lo que pueden ofrecer, se proponen nuevas metas. Además, son más creativos y les inspiran confianza y seguridad a los alumnos lo cual les permite desarrollar con éxito su labor. (Padrón & Hernández, 2005)

Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling y Potter (2002) realizaron un estudio con la intención de conocer las posibles diferencias en el nivel de autoestima en el transcurso del desarrollo humano, evaluaron un total de 32,664 participantes con edades de 9 a 90 años. En su estudio encontraron que en la infancia hay un mayor nivel de autoestima en comparación con otras etapas del desarrollo, seguido de un declive hacia la adolescencia

aproximadamente hasta los 22 años, entre los 23 y 40 años la autoestima incrementa y no muestra cambios, entre los 40 y 50 años observaron un incremento de la autoestima, mientras que entre los 60 y 80 años identificaron un declive significativo que generalmente ocurre a los 70 años. (Ricardi & Méndez, 2016)

## **Objetivos:**

### Objetivo general

- Analizar la autoestima de las maestras de educación infantil mediante la escala de Rosenberg.

### Objetivos específicos:

- Recoger los datos obtenidos en la escala.
- Observar las correlaciones significativas positivas y negativas de las variables.
- Realizar hipótesis.
- Responder las hipótesis cuestionadas mediante la investigación.

## **Hipótesis del trabajo**

A partir del marco teórico previamente expuesto se plantean las siguientes hipótesis:

*Hipótesis 1:* El nivel de autoestima está relacionado con la edad. Cuanta más edad, menor nivel de autoestima.

*Hipótesis 2:* Los cinco primeros ítems tienen una correlación significativa negativa con los cinco últimos.

*Hipótesis 3:* Los años ejercidos en la profesión de maestro, influyen con el nivel de autoestima.

*Hipótesis 4:* Los cinco primeros ítems tienen una correlación significativa positiva entre ellos.

*Hipótesis 5:* Los ítems del seis al diez tienen una correlación significativa positiva entre ellos.

*Hipótesis 6:* El sexo influye en la autoestima. Concretamente, las mujeres tienen un nivel de autoestima menos elevado que los hombres.

## **Metodología:**

La escala que se ha llevado a cabo para la realización del estudio de la autoestima en maestras de educación infantil es la llamada: “Escala de Rosenberg” (EAR, Rosenberg, 1989). Esta, resultó tener confiabilidad aceptable, alcanzando un Alfa de Cronbach de 0.733. (Brea, 2011)

Rosenberg fue una figura muy reconocida en el estudio de la autoestima. Para él, la alta autoestima, tal como se refleja en los ítems de su escala, supone el sentimiento de que uno mismo es valioso, mientras que la baja autoestima implica autorrechazo, es decir, al sujeto no le gusta cómo es y desea ser diferente. (Roca, 2014, pág. 17)

La escala de Rosenberg cuenta con diez ítems de respuesta ordinal (muy de acuerdo hasta muy en desacuerdo), de las cuales, cinco están redactadas de forma positiva que exploran la autoconfianza o satisfacción personal (autoestima positiva) y las otras cinco de forma negativa, expresando un autodesprecio (autoestima negativa). De esta forma, se consigue controlar el efecto de la aquiescencia auto administrativa. (Cogollo, Campo-Arias, & Herazo, 2015.)

TABLA 5: Escala de Rosenberg.

| Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás. | Muy de acuerdo.<br>A | De acuerdo.<br>B | En desacuerdo.<br>C | Muy en desacuerdo.<br>D |
|--|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|
| Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.                                     |                      |                  |                     |                         |
| Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.                   |                      |                  |                     |                         |
| Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.   |                      |                  |                     |                         |
| En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.   |                      |                  |                     |                         |
| Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.                               |                      |                  |                     |                         |
| En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.                              |                      |                  |                     |                         |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo/a. |  |  |  |  |
| Hay a veces que realmente pienso que soy inútil.     |  |  |  |  |
| A veces pienso que no soy buena persona.             |  |  |  |  |

Posteriormente, y teniendo en cuenta las características del diseño, se evaluó el resultado de la escala mediante el programa de análisis estadístico SPSS para realizar el análisis de correlaciones positivas y negativas y los análisis descriptivos de esta.

### Recogida de datos.

La investigadora creó la encuesta a través de una plataforma de internet llamada “Google forms” ([https://docs.google.com/forms/d/1eXH05-5EbyTXI7mhQjv\\_R9INeJWPr1-cfeSHkrNNLLs/edit](https://docs.google.com/forms/d/1eXH05-5EbyTXI7mhQjv_R9INeJWPr1-cfeSHkrNNLLs/edit)). Una vez creada, tras la supervisión de la tutora, se envió a todos los contactos para que éstos a su vez se lo hicieran llegar a las maestras de educación infantil que conociesen. Finalmente, se obtuvo 106 respuestas, un número asequible para llevar a cabo la investigación. Los datos obtenidos en las encuestas se recogieron en una tabla de Excel para codificar los datos y posteriormente pasarlos al programa SPSS.

### Participantes:

La muestra estuvo construida por un total de 106 participantes de maestros de Educación Infantil. 101 participantes del total son mujeres, representando el 95,3% y 5 participantes son hombres, que constituyen el 4,7%.

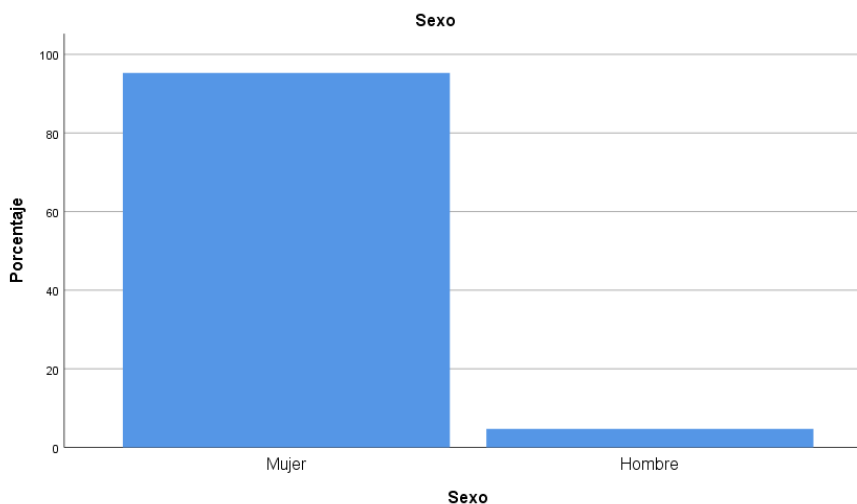


FIGURA 1

En cuanto a la edad, la media de los participantes de la encuesta es de un intervalo de 38 a 43 años. La moda, es decir, el intervalo de edad que más ha respondido la encuesta se encuentra entre los 21 y los 25 años. Respecto a la mediana (en términos estadísticos sería la variable que se posiciona en el centro) de edad de los participantes, es el intervalo de 38 a 43 años.

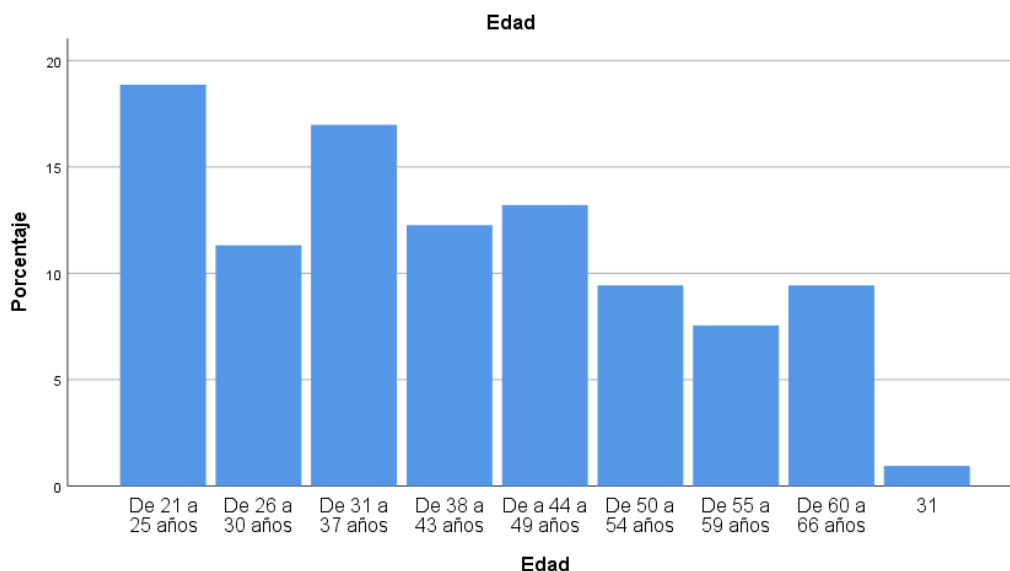


FIGURA 2

Otra variable que se tuvo en cuenta fue “los años ejercidos en la profesión”. La media de los años ejercidos es de un intervalo de 5 a 15 años. En esta variable, la moda sería el intervalo de 0 a 5 años. Finalmente, la mediana corresponde al intervalo de 10 a 15 años ejercidos.

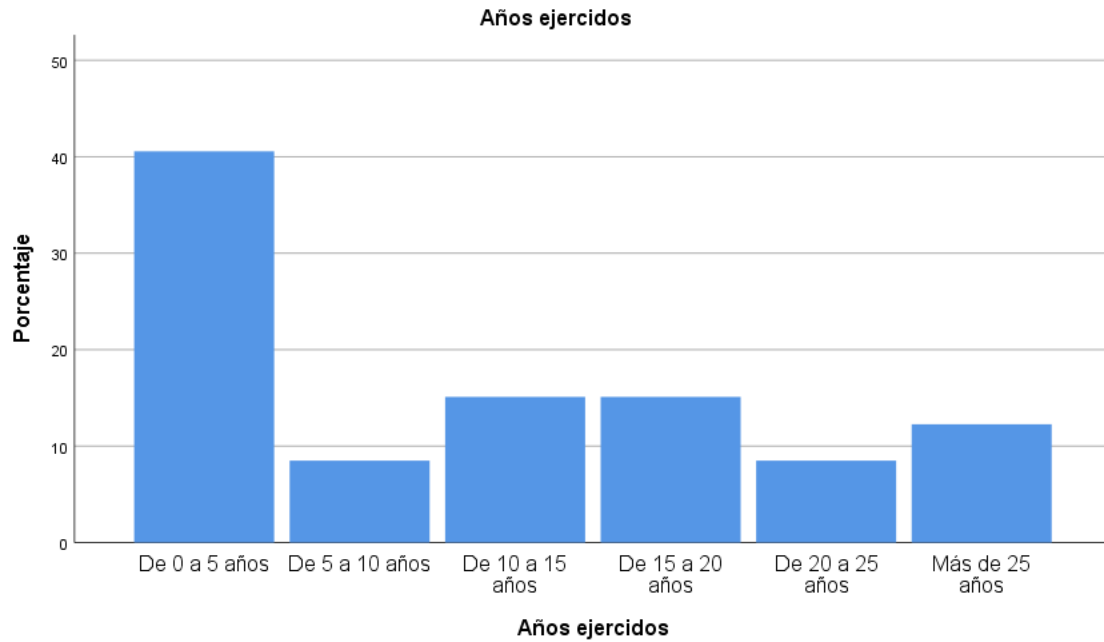


FIGURA 3

La última variable que se ha tenido en cuenta es la facultad en la que los participantes de la investigación han cursado el grado de magisterio infantil. La media de los participantes ha estudiado en Facultad de Educación (Zaragoza). La moda corresponde a otras facultades fuera de la Universidad de Zaragoza (unizar).

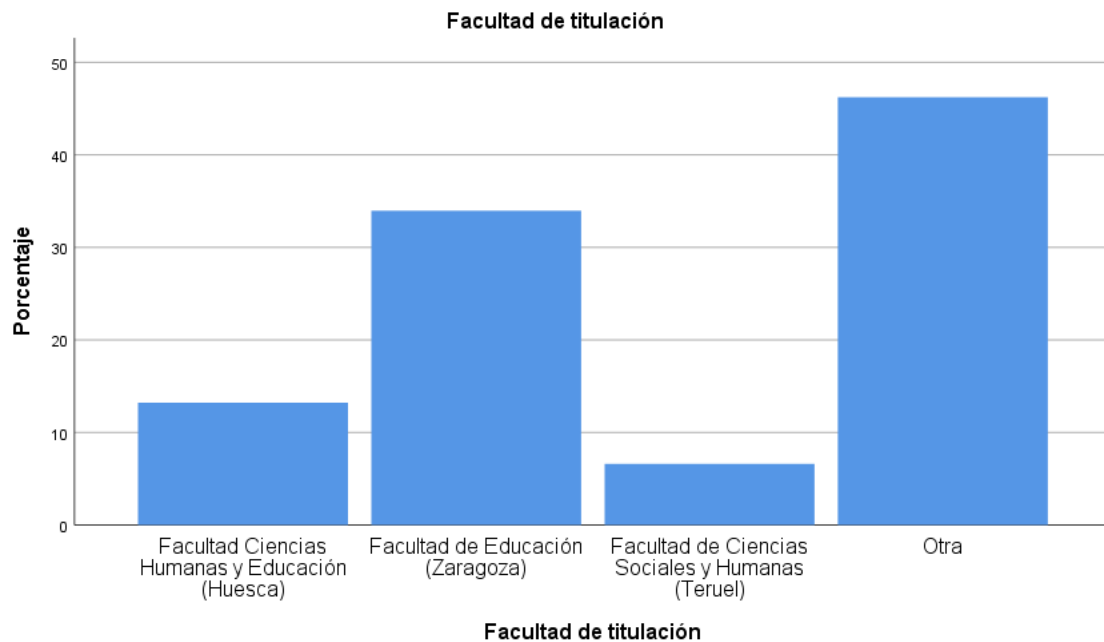


FIGURA 4

### Análisis correlaciones significativas:

Hablando en términos estadísticos, la correlación se denomina al vínculo recíproco o correspondiente que existe entre dos o más elementos. (Julián Pérez Porto , 2017)

TABLA 6: Análisis correlaciones significativas

|                | 1      | 2       | 3      | 4     | 5       | 6       | 7       | 8       | 9       | 10      | 11      | 12      | 13      | 14      |
|----------------|--------|---------|--------|-------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 1- Sexo        | 1      | ,27**   | -,172  | -,050 | -,133   | -,156   | -,148   | -,119   | -,074   | ,062    | ,050    | ,129    | ,058    | ,126    |
| 2- Edad        | ,270** | 1       | ,419** | -,105 | -,124   | -,073   | -,025   | -,274*  | -,174   | -,017   | ,158    | ,197*   | ,010    | ,022    |
| 3- Años e.     | -,172  | ,419**  | 1      | -,046 | -,068   | ,017    | -,051   | -,216*  | -,081   | ,042    | ,129    | ,160    | ,093    | ,137    |
| 4- Facultad    | -,050  | -,105   | -,046  | 1     | -,040   | -,051   | -,051   | ,099    | ,065    | -,063   | -,078   | ,037    | ,038    | ,238*   |
| 5- Digna/o     | -,133  | -,124   | -,068  | -,040 | 1       | ,642**  | ,518**  | ,314*   | ,427**  | -,370** | -,314** | -,160   | -,266** | -,245*  |
| 6- Cualidad    | -,156  | -,073   | ,017   | -,051 | ,642**  | 1       | ,548**  | ,381**  | ,459**  | -,291** | -,301** | -,189   | -,278** | -,370** |
| 7- Mayoría     | -,14   | -,025   | -,051  | -,021 | ,518*   | ,548**  | 1       | ,462**  | ,476**  | -,256** | -,255** | -,094   | -,173   | -,186   |
| 8- Positivo    | -,119  | -,274** | -,216* | ,099  | ,314**  | ,381**  | ,462**  | 1       | ,692**  | -,210*  | -,406** | -,523** | -,395** | -,223** |
| 9- Satisfecho  | -,074  | -,174   | -,081  | ,065  | ,427**  | ,459**  | ,476**  | ,692**  | 1       | -,468** | -,481** | -,439** | -,349** | -,291** |
| 10- No orgull. | ,062   | -,017   | ,042   | -,063 | -,370** | -,291** | -,256** | -,210*  | -,468** | 1       | ,504**  | ,348**  | ,379**  | ,263**  |
| 11- Fracaso    | ,050   | ,158    | ,129   | -,078 | -,314** | -,301** | -,255** | -,406** | -,481** | ,504**  | 1       | ,582**  | ,687**  | ,361**  |
| 12- Respeto    | ,129   | ,197*   | ,160   | ,037  | -,160   | -,189   | -,094   | -,523** | -,439** | ,348**  | ,582**  | 1       | ,615**  | ,189    |
| 13- Inútil     | ,058   | ,174    | ,093   | ,038  | -,266** | -,278** | -,173   | -,395** | -,349** | ,379**  | ,687**  | ,615**  | 1       | ,195*   |
| 14- No buena.  | ,126   | ,141    | ,137   | ,238* | -,245*  | -,370** | -,186   | -,223*  | -,291** | ,263**  | ,361**  | ,189    | ,195*   | 1       |

*Nota:* Años ejercidos (Años e.); Facultado de titulación (Facultad); Siento que soy una persona digna de aprecio. (Digna/o); Tengo cualidades buenas (Cualidad.); Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría (Mayoría.); Tengo una actitud positiva hacia mí mismo (Positivo); Estoy satisfecho de mí mismo (Satisfecho); No tengo mucho de lo que estar orgulloso (No orgullo.); Pienso que soy un fracasado (Fracaso); Me gustaría sentir más respeto por mí mismo (Respeto); Pienso que soy inútil (Inútil); Pienso que no soy buena persona. (No buena.). \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral); \*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

Como se muestra en la tabla anterior, existe una correlación muy significativa (La correlación es significativa en el nivel 0,01) positiva entre el sexo y edad, y entre la variable de edad y la variable de años ejercidos. Esto quiere decir que, por ejemplo, cuánta más edad más años ejercidos.

Además, la variable de la edad tiene una correlación positiva significativa (la correlación es significativa en el nivel 0,05) con el ítem: “Pienso que soy inútil” y una correlación

negativa significativa con el ítem número ocho: “Tengo una actitud positiva hacia mí mismo”. En este caso, correlación negativa significa que cuánta más edad, menos actitud positiva tienen las maestras hacia sí mismas.

En cuanto la variable de los ítems de la escala, *“Siento que soy digna de aprecio”* tiene una correlación positiva muy significativa con las siguientes variables: “Tengo cualidades buenas”; “Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría” y “Estoy satisfecho de mí mismo.” Con el ítem “Tengo una actitud positiva hacia mí mismo” tiene una correlación positiva significativa. En cambio, tiene una correlación negativa muy significativa con los siguientes: “No tengo mucho de lo que estar orgulloso”; “Pienso que soy un fracasado” y “Pienso que soy un inútil”. Finalmente, tiene una correlación significativa negativa con “A veces pienso que no soy buena persona.”

*“Tengo buenas cualidades”* tiene una correlación positiva muy significativa con los ítems “Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría”; “Estoy satisfecho de mí mismo” y “Tengo una actitud positiva hacia mí mismo”. Con las siguientes variables mantiene una correlación negativa muy significativa: “No tengo mucho de lo que estar orgulloso”; “Pienso que soy un fracasado”, “Pienso que soy un inútil” y “A veces pienso que no soy una buena persona.”

*“Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría”* contiene una correlación positiva muy significativa con “Tengo una actitud positiva hacia mí mismo” y “Estoy satisfecho de mí mismo” y una correlación negativa muy significativa con “No tengo mucho de lo que estar orgulloso” y “Pienso que soy un fracasado”.

*“Tengo una actitud positiva hacia mí mismo”* mantiene una correlación positiva muy significativa con “Estoy satisfecho conmigo mismo”. En cuanto a las correlaciones negativas muy significativas: “Pienso que soy un fracasado”; “Pienso que soy un inútil”; “A veces pienso que no soy una buena persona” y “Me gustaría sentir más respeto por mí mismo”. Con el ítem “No tengo mucho de lo que estar orgulloso” mantiene una correlación negativa significativa.

*“Estoy satisfecho de mí mismo”* tiene una correlación negativa muy significativa con los cinco ítems últimos: “Pienso que soy un fracasado”; “Pienso que soy un inútil”; “A veces pienso que no soy una buena persona”; “Me gustaría sentir más respeto por mí mismo” y “No tengo mucho de lo que estar orgulloso”. La correlación con los cinco ítems primeros se nombra en los párrafos anteriores.

*“No tengo mucho de lo que estar orgulloso”* mantiene una correlación positiva muy significativa con los siguientes ítems: “Pienso que soy un fracasado”; “Pienso que soy un inútil”; “Me gustaría sentir más respeto por mí mismo” y “A veces pienso que no soy una buena persona”.

*“Pienso que soy un fracasado”* tiene una correlación positiva muy significativa con; “Pienso que soy un inútil”; “Me gustaría sentir más respeto por mí mismo” y “A veces pienso que no soy una buena persona”.

*“Me gustaría sentir más respeto por mí mismo”* Tiene una correlación positiva muy significativa con “Pienso que soy un inútil”.

*“Pienso que soy un inútil”* Tiene una correlación positiva significativa con “A veces pienso que no soy una buena persona.”

### **Resultados escala Rosenberg:**

Los resultados de la escala de autoestima de Rosenberg se han obtenido con la siguiente fórmula: Para su corrección deben invertirse las puntuaciones de los ítems enunciados negativamente (3,5,8,9,10) y posteriormente sumarse todos los ítems. La puntuación total, por tanto, oscila entre 10 y 40 (Morejón, García-Bóveda, & Jiménez, 2004), considerando los siguientes rangos para determinar el nivel de autoestima:

- 30-40 puntos: Autoestima elevada. Considerada como un nivel de autoestima normal.
- 26-29 puntos: Autoestima media. Este nivel indica que no se presenta problemas de autoestima graves, pero sería conveniente mejorarla.
- Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas de autoestima graves. (Burns, 2001)

Una vez calculado los resultados de la escala, se obtuvo que la media del total de encuesta era 33,05. Esta cifra se encuentra en el rango de autoestima elevada. Siendo así el 77,36% del total de las maestras y maestros de educación infantil. El 16,03% de los participantes corresponde a una autoestima media y los restantes, es decir, el 6.60%, tienen una autoestima baja. Un resultado alarmante, debido a que la baja autoestima se ha identificado como criterio diagnóstico o como rasgo asociado a 24 trastornos mentales del DSM IV. (Góngora & Casullo, 2009)

### **Análisis resultados:**

Para analizar los resultados de la investigación, lo primero que hizo es comparar si las hipótesis planteadas inicialmente son verdaderas o no.

En cuanto a la hipótesis 1, dice que el nivel de autoestima está relacionado con la edad. El análisis de las correlaciones afirma esta hipótesis puesto que existe una correlación muy significativa positiva entre la variable de la edad y el ítem “Pienso que soy inútil”, esto quiere decir que cuánta mayor sea la edad de las maestras, estarán más de acuerdo con dicho ítem. En cambio, hay una correlación significativa negativa entre la edad y el ítem “Tengo una actitud positiva hacia mí mismo”. Lo que significa que, si la edad es mayor, menos de acuerdo están con el ítem y a la inversa, cuanto menor sea la edad, más de acuerdo estarán.

Respecto a la hipótesis número dos, afirma que los cinco primeros ítems mantienen una correlación significativa negativa con los cinco últimos. Fijándonos en el análisis de las correlaciones explicado anteriormente, la hipótesis número dos se cumple.

La hipótesis número tres estaría en lo cierto, al haber una correlación significativa positiva entre los años ejercidos y la edad.

Refiriéndose a las hipótesis número cuatro y cinco, estarían en lo cierto si nos fijamos en el análisis de las correlaciones.

En cuanto a la hipótesis número seis, no existe ningún tipo de correlación del sexo con el nivel de autoestima. Cabe destacar, que la muestra había un gran número en mujeres (101) en comparación a hombres (5), por lo que tampoco puede resultar un estudio válido de esta variable.

### **Conclusión:**

Esta investigación pone de manifiesto que la mayoría de las maestras de educación infantil tiene una autoestima elevada, influyendo la variable de la edad, siendo cuánto mayor edad menor nivel de autoestima. El hecho de que las maestras de educación infantil posean un nivel elevado supone un dato óptimo para la educación.

Con el presente trabajo se ha intentado dar información contrastada sobre la definición de la autoestima y sus beneficios en educación infantil, tanto para los alumnos como para los docentes. A pesar de la investigación obtenida, la autoestima sigue siendo

un tema que investigar y con muchas controversias. Según mi punto de vista, la autoestima en educación infantil se mantiene de lado, aunque sí es cierto que cada vez se fijan más en la inteligencia emocional para educar, lo que influye indirectamente a la autoestima de los niños.

### **CONCLUSIONES DEL TRABAJO:**

En el presente trabajo, se ha llevado a cabo una recogida de datos cualitativa para conocer la definición de distintos autores del tema principal del trabajo: la autoestima. Concluyendo, la autoestima es la valoración que se tiene de sí mismo e involucra emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que la persona recoge en su vida. (Giraldo & Holgín, 2017)

Además, se ha realizado el diseño de una propuesta de intervención para trabajar la autoestima con alumnos de educación infantil. El desarrollo de las sesiones se ha dividido en cuatro apartados según el autor Feldman. Como dice Branden, “la autoestima positiva es el requisito fundamental para una vida plena”, por ello, trabajar la autoestima en el aula es importante e imprescindible para que ayudemos a que nuestros alumnos puedan adquirir una vida plena y un mejor aprendizaje.

En cuanto al estudio ejecutado sobre la autoestima de los maestros en educación infantil, se ha podido comprobar que la mayoría posee un nivel elevado de autoestima. La práctica educativa requiere de la mejor formación docente posible, pero esta entronca con algunos factores de la personalidad como puede ser la autoestima docente porque su satisfacción puede comprenderse como buena condición para emprender procesos didácticos, de desarrollo profesional y personal con mayores garantías de éxito y además puede favorecer la formación de sus alumnos. (Gascón, 2004)

### **PROSPECCIÓN A FUTURO:**

Considero que todo educador, independientemente de la etapa en la que esté, debe trabajar tanto su propia autoestima como la de sus alumnos.

Con la recogida cualitativa de información sobre la autoestima según diferentes autores, he aprendido a diferenciar los conceptos de autoconcepto y autoestima. Además de los diferentes tipos de autoestima que existen y algunas indicaciones para poder cambiar la autoestima no deseada.

La autoestima era un concepto que conocía porque siempre me he interesado por él, pero este trabajo me ha ayudado a profundizar en el tema.

En los cuatro años cursados en la carrera, creo recordar que no he oído hablar de este concepto en ni una sola asignatura. Esta es la razón por la que decidí escoger este tema, y hacer una pequeña mención de que esto debería de cambiar en el grado de magisterio infantil.

Personalmente, este trabajo no finaliza aquí, al revés, empieza. Como he explicado anteriormente y como refleja en mi trabajo, es fundamental incluir el concepto de la autoestima, tanto a los alumnos como a los propios docentes. Por ello, como futura docente, mi labor es trabajar la autoestima con mis alumnos para conseguir su bienestar físico y emocional y para que aprendan no sólo a aceptarse, sino a quererse a sí mismos.

Como se puede comprobar, este trabajo no sólo va dedicado a los alumnos, sino también a los docentes, por lo que, además, a partir de ahora, haré un trabajo personal para aceptarme tal y como soy, para quererme más, estar más segura de mí misma y de mi trabajo como docente y de esta forma, poder dar ejemplo a mis futuros alumnos y compañeras de trabajo.

Para finalizar el trabajo, una frase de Lucille Ball, que a mi parecer engloba el significado de autoestima, “Ámate a ti mismo primero y todo lo demás se acomodará solo”.

### **LIMITACIONES DEL TRABAJO:**

En cuanto a las limitaciones del trabajo, la situación del covid-19 ha impedido el poder llevar a la práctica la propuesta de intervención en las aulas de educación infantil. Por ello, no se ha podido comprobar si los objetivos planteados se cumplen, ni se ha podido evaluar. Pero como he nombrado anteriormente, este trabajo no se queda aquí, por lo que en un futuro lo llevaré en práctica con mis alumnos.

La mayor dificultad que he obtenido en el trabajo ha sido la utilización de un programa de estadística llamado SPSS, el cuál desconocía. Al principio resultó costoso ya que no entiendo mucho acerca del campo de estadística, pero finalmente lo acabé comprendiendo y disfruté haciéndolo.

## BIBLIOGRAFÍA

(s.f.).

Agudo, A. A. (Marzo de 2014). Metodología de trabajo inclusiva en una zona de exclusión social. Compensación educativa e Interculturalidad. *Historia y Comunicación social*, 19, 649-659.

Andujar, O. (23 de Agosto de 2016). *Orientación Andújar. Recursos educativos accesibles y gratuitos*. Recuperado de : <https://www.orientacionandujar.es/2016/08/23/actividad-iniciar-curso-bingo-los-amigos/>

Barrio, V. D., Frías, D., & Mestre, V. (1994). Autoestima y depresión en niños. *Revista de psicología*, 471-476.

Beauregard, L.-A. (2005). *Autoestima : para quererse y relacionarse mejor*. Madrid: Narcea.

Boletín Oficial de Aragón (2008). Orden de 10 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por lo que se aprueba el currículo de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. *BOA 43* (14 abril 2008). 4943-4974.

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

Brea, M. (Mayo de 2011). Informe de la interpretación de las escalas cps, rosenberg y grit y propuestas de revisión para mejorar la confiabilidad. *Public Disclosure Authorized*.

Broch Álvarez, M.R. (2014). *La autoestima en niños de 4-5 años, en la familia y la escuela*. (Tesis de maestría). Universidad Internacional de La Rioja.

Buitrago, N. E., Garzón, C. P., & Vanegas, G. A. (2016). La autoestima en el proceso educativo, un reto para el docente. *Educación y Ciencia*, 19, 127-144.

Burns, D. D. (2001). *Autoestima en 10 días*. (E. T. Schleicher, Trad.) Paidós Iberica.

Cabeza, J. M. (2008). Aprender a aprender con los juegos cooperativos. *Revista digital: innovación y experiencias educativas*.

- Cassà, É. L. (Diciembre de 2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167.
- Cassà, È. L. (2007). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Madrid: Wolkers Kluwer España S.A.
- Cava, M. J. (1998). *La potenciación de la autoestima. Elaboración y evaluación de un programa de intervención*. (Tesis Doctoral). Universidad de Valencia.
- Cogollo, Z., Campo-Arias, A., & Herazo, E. (2015). Escala de Rosenberg para autoestima: consistencia interna y dimensionalidad en estudiantes de Cartagena, Colombia. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 9 (2), 61-71.
- Constantino, J. P., & Mayuate, L. M. (2006). Efectos de un programa para el mejoramiento de la autoestima en niños de 8 a 11 años con problemas específicos de aprendizaje. *Revista IIPSI*, 9(1), 9-22.
- Cruz, P. C. (Enero de 2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. (Como desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal). *Historia y Comunicación Social*, 19, 107-118.
- Dávila, P. V. (2015). Recorrido metodológico en educación inicial. *Sophia: colección de Filosofía de la Educación*. , 153-170.
- Dina, M. (2018). *Estudio diagnóstico del nivel de autoestima e los niños de 5 años a través del cuestionario EDINA, en la institución educativa n° 22480 del pueblo nuevo - chinca 2016*. (Tesis doctoral). Universidad Nacional de Huancavelica.
- Feldman, J. R. (2000). *Autoestima ¿cómo desarrollarla?* (Quinta ed.). Madrid: Narcea.
- Fuentes, A. S. (27 de Enero de 2020). *Educapeques. Portal de educación infantil y primaria*. Recuperado de [https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/autoconcepto-infantil.html#Actividades\\_para\\_trabajar\\_autoconcepto\\_en\\_primaria](https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/autoconcepto-infantil.html#Actividades_para_trabajar_autoconcepto_en_primaria)
- García, A. R. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania: estudios y propuestas socio-educativas*, 241-258.

- Gascón, A. d. (2004). El docente de baja autoestima: implicaciones didácticas. *Boletín de Estudios e Investigación.*, 51-65.
- Giraldo, D. C., & Hoyos, G. E. (2015). La evaluación formativa en los escenarios de educación superior. *Revista de Investigadores*, 204-213.
- Giraldo, K. P., & Holgiín, M. J. (2017). La autoestima, proceso humano. *Psyconex: psicología, psicoanálisis y conexiones.*, 9(14), 1-9.
- Góngora, V. C., & Casullo, M. M. (2009). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación.*, 1(27), 179-194.
- Julián Pérez Porto. (2017). *definición.de*. Recuperado de <https://definicion.de/correlacion/>
- León, M. P., Zagalaz, J. C., & Colón, A. O. (2 de Marzo de 2014). La autoestima profesional docente y su implicación en el aula. *Magister*, 26, 52-58.
- López García, A. C. Aprendizaje cooperativo, influencia en la autoestima y motivación en primaria. (Universidad de Almería, 2018).
- Macías, M. C. (2010). Los beneficios de la literatura infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, 1-6.
- Márquez, B. L., Alcántara, J. A., & Aguilar, L. (Marzo de 2020). ¿Cómo elevar la autoestima en los estudiantes de las carreras pedagógicas de ciclo corto en el contexto rural? *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
- Martín, M. d. (1997). Enseñar y aprender en educación infantil: algunos principios y condiciones. *Investigación en la Escuela*, 27-34.
- Molina, M. F., & Raimundi, M. J. (2011). Predictores de la autoestima global en niños de escuela primaria de la Ciudad de Buenos Aires. Diferencias en función del sexo y la edad. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC)*, 3(3), 1-7.
- Morejón, A. J., García-Bóveda, R. J., & Jiménez, R. V.-M. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22(2), 247-255.

- Moreno, G. A. (1 de junio de 2008). La definición de la salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 9(1), 93-107.
- Muller, N. M., & Acaiz, M. E. (1993). Género y autoestima: un análisis de las diferencias por sexo en una muestra de estudiantes de educación general básica. *Psykhé*, 2(1), 69-79.
- Novara, D. (2005). *Educación socioafectiva: 150 actividades para conocerse, comunicarse y aprender de los conflictos*. Madrid: Narcea.
- Padrón, R. A., & Hernández, J. A. (2005). La autoestima en la educación. *Mendive: Revista de Educación*, 3(2).
- Pereira, M. L. (Septiembre de 2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3), 1-27.
- Pi Duran, R. (2013). *Potenciar la autoestima en educación infantil*. (Tesis de maestría). Universidad Internacional de La Rioja.
- Retamal, F. C., & González, R. D. (2015). Autoestima escolar y desarrollo: Las actividades en la naturaleza como camino. *Convergencia Educativa*, 19-33.
- Ricardi, C. A., & Méndez, M. G. (Diciembre de 2016). Escala de Rosenberg en población de adultos mayores. *Ciencias Psicológicas*, 10(2).
- Roca, E. (2014). *Autoestima Sana. Una visión actual basada en la investigación*. Valencia: ACDE.
- Rojas-Barahona, C. A., Zegers, B., & M., C. E. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, 791-200.
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Berrocal, P. F., Salazar-Estrada, J. G., & Guajardo, J. G. (16 de Enero de 2017). Emociones positivas, autoestima, relaciones interpersonales y apoyo social como mediadores entre la inteligencia emocional y la satisfacción con la vida. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 1-6.

- Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación : las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Madrid: McGraw Hill Education.
- Sebastián, V. H. (Diciembre de 2012). Autoestima y Autoconcepto docente. *Phainomenon*, 11(1), 23-34.
- Sebastián, V. H. (2012). Autoestima y autoconcepto docente. *phainomenon*, 11(1), 23-34.
- Vázquez de Prada, C. (2016). *Diseño, aplicación, y evaluación de un modelo de programas para el desarrollo de la autoestima en niños de 5 años*. (Tesis de maestría). Universidad de Valladolid.
- Velázquez Rodríguez, G. (2015). *Propuesta de un programa para trabajar habilidades sociales en educación infantil*. (Tesis de maestría). Universidad Internacional de La Rioja.
- Vélez, A. P., & Olivencia, J. J. (2019). Metodologías cooperativas y colaborativas en la formación del profesorado para la interculturalidad. *Tendencias Pedagógicas*, 37-46.
- Wilhelm, K., Martin, G., & Miranda, C. (2012). Autoestima profesional: competencia mediadora en el marco de la evaluación docente. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10, 339-350.
- Witek, J. (2014). *Así es mi corazón*. Bruño.
- Zabalza, M. A. (2001). La autoestima de los educadores. *Asociación Mundial de Educadores Infantiles*.
- Zeller, G. d. (1995). El aprendizaje de la autoestima como proceso educativo y terapéutico. *Revista Educación*, 5-15.

# ANEXOS:

## Anexo número 1: Ficha de rasgos físicos y personales.

| RASGOS FÍSICOS | RASGOS PERSONALES |
|----------------|-------------------|
| Ojos azules    | Simpático         |
| Ojos negros    | Cariñoso          |
| Ojos marrones  | Miedoso           |
| Ojos verdes    | Vergonzoso        |
| Rubio          | Valiente          |
| Moreno         | Estudioso         |
| Castaño        | Amable            |
| Pelirrojo      | Sonriente         |
| Alto           | Presumido         |
| Bajo           | Hablador          |
| Etc...         | Etc...            |

## Anexo número 2: Fichas familia y escuela.

### FICHA ESCUELA.



### Anexo número 3:

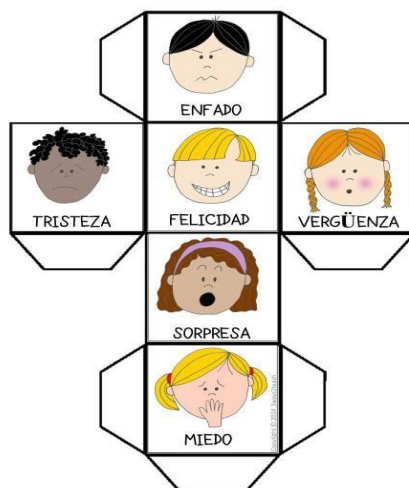
#### FICHA FAMILIA



#### Anexo número 4: Cartones de bingo.



#### Anexo número 5: Cubo de las emociones.



#### Anexo número 6: Cuestionario Edina

| DIMENSIONES | INDICADORES   |
|-------------|---|
| Corporal    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Me gusta mi cuerpo</li> <li>- Me veo guapo o guapa</li> <li>- Soy un niño limpio o una niña limpia</li> </ul>              |
| Personal    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Soy un niño o niña importante</li> <li>- Siempre digo la verdad</li> <li>- Me río mucho</li> <li>- Soy valiente</li> </ul> |

|           |   |
|-----------|---|
|           | - Me gusta dar muchos besitos.  |
| Académica | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mi maestro o maestra dice que trabajo bien.</li> <li>- Hago bien mis trabajos de clase.</li> <li>- Siempre entiendo lo que el maestro o la maestra me piden que haga.</li> <li>- Me gusta ir al colegio.</li> <li>- Me gustan las tareas del colegio.</li> </ul> |
| Social    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo paso bien con otros niños y niñas.</li> <li>- Tengo muchos amigos y amigas.</li> <li>- Los otros niños y niñas quieren jugar conmigo en el recreo.</li> </ul>   |
| Familiar  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mi familia me quiere mucho.</li> <li>- En casa estoy muy contento o contenta.</li> <li>- Juego mucho en casa.</li> <li>- Hablo mucho con mi familia.</li> <li>- Me porto bien en casa</li> </ul>   |

(Serrano, 2014)

El grado de autoestima será diagnosticado en función a los indicadores observables:

| GRADO DE AUTOESTIMA | INDICADORES  |
|---------------------|--|
| Alto                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Muy activos y expresivos</li> <li>- Exitosos socialmente y con buen nivel académico.</li> <li>- Líderes, se preocupan por los demás.</li> <li>- Baja destructividad y ansiedad</li> </ul> |
| Medio               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mayormente optimistas.</li> <li>- Capaces de aceptar críticas.</li> <li>- Pueden depender de la aceptación social.</li> <li>- Autoafirmaciones positivas moderadas.</li> </ul>            |
| Bajo                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desánimo, depresión.</li> <li>- Aislamiento social.</li> </ul>  |

|  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tendencia a percibirse poco atractivos.</li> <li>- Tienden a no comunicarse y no defenderse.</li> <li>- Se sienten débiles para vencer sus deficiencias.</li> </ul> |
|--|--|

#### **Anexo número 7: Evaluación formativa.**

| DIARIO DE CLASE                       | Sesión |  |
|---------------------------------------|--------|--|
| Observaciones desarrollo de la sesión |        |  |
| Observaciones del final de la sesión  |        |  |

#### **Anexo número 8: Evaluación final.**

| Nombre del alumno |  | SÍ | NO |
|-------------------|--|----|----|
| Objetivo 1...     |  |    |    |
| Objetivo 2...     |  |    |    |
| Objetivo 3...     |  |    |    |
| Objetivo 4...     |  |    |    |
| Objetivo 5...     |  |    |    |
| ...               |  |    |    |