

11/41  
21/1



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES  
IZTACALA

EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA EN NIÑOS  
EN EDAD PREESCOLAR Y ESCOLAR

**TESINA ENTREGADA**  
COMO PARTE DE LOS REQUERIMIENTOS  
PARA LA OBTENCION DE  
**LICENCIADA EN PSICOLOGIA**  
POR:  
**RITA SESMA CARRILLO**

DIRECTOR: LIC. MARIA ANTONIETA COVARRUBIAS TERAN  
SINODALES: LIC. DINAH MARIA ROCHIN VIRUES  
LIC. JOSE T. GOMEZ HERRERA

**TESIS CON  
FALLA DE COPIEN**

LOS REYES IZTACALA, EDO. DE MEXICO 1999

21-6004



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**A María Felipa Carrillo López (+), mi madre quién con su sencillez, creatividad, persistencia, ternura, generosidad y optimismo me enseñó a descubrir las maravillas de la naturaleza y de la vida misma.**

## RECONOCIMIENTOS

A todas las personas que de una manera u otra han colaborado con sus sugerencias y comentarios. Muy especialmente a las profesoras María Antonieta Covarrubias y Dinah María Rochín por su tiempo, paciencia y conocimientos que hicieron posible el perfeccionamiento del presente trabajo, así como al profesor José T. Gómez por su apoyo.

A mi padre por su cariño, a todas mis hermanas y hermanos por contribuir con sus pequeños detalles, a Felipe por su respaldo y entusiasmo, a mi tía Luisa y Carmen por sus consejos en circunstancias inusitadas, a Magos, a Martha y a mis amigos por alentarme en todo momento. A mis sobrinos Felipe Adrián y Sarita por enfrentarme al compromiso que tenemos los adultos ante la niñez.

A mis tías Juliana García (+) e Inés Carrillo (+), al tío Juan Robles (+), a la abuelita Cata (+), a Don Vicente (+) por su afecto y sus enseñanzas. A Dios por poner en mi camino a gente con una gran calidad humana.

## *LOS NIÑOS APRENDEN LO QUE VIVEN*

*Si un niño vive criticado  
aprenderá a condenar.*

*Si un niño vive alabado  
aprenderá a apreciar.*

*Si un niño vive con hostilidad  
aprenderá a pelear.*

*Si un niño vive con honradez  
aprenderá a ser justo.*

*Si un niño vive ridiculizado  
aprenderá a ser tímido.*

*Si un niño vive con seguridad  
aprenderá qué es fe.*

*Si un niño vive avergonzado  
aprenderá a sentirse culpable.*

*Si un niño vive con aprobación  
aprenderá a quererse a sí mismo.*

*Si un niño vive con cariño y amistad  
aprenderá a encontrar amor en el mundo.*

*D. Nolte*

# ÍNDICE

Resumen.

Introducción.

Capítulo I. Desarrollo del niño.

1.1 Interrelación entre las diferentes áreas del desarrollo.....	9
1.2 Desarrollo físico y motor.....	10
1.3 Desarrollo cognoscitivo.....	13
1.4 Desarrollo del lenguaje.....	15
1.5 Desarrollo de la conducta social y afectiva.....	18

Capítulo II. Autoimagen, autoconcepto y autoestima.

2.1 Definición e interrelación de conceptos.....	22
2.1.1 Autoimagen.....	23
2.1.2 Autoconcepto.....	24
2.1.3 Autoestima.....	25
2.2 Niveles de autoestima.....	27
2.3 Formación de la autoestima.....	29
2.4 Implicaciones en el desarrollo.....	32
2.5 Autoestima y motivación.....	35

Capítulo III. Relaciones con los adultos y los pares en la infancia.

3.1 Importancia de la relación madre e hijo.....	38
3.2 Relación padre e hijo.....	40
3.3 Estilos de crianza.....	42
3.4 Relaciones con los pares y maestros.....	45

Capítulo IV Estrategias para fomentar la autoestima positiva en la infancia.

4.1 Sugerencias dirigidas a los adultos para promover la autoestima en los niños.....	49
4.1.1 Lineamientos dirigidos a padres para encauzar la autoestima en niños en edad preescolar.....	50
4.1.2 Lineamientos dirigidos a padres para encauzar la autoestima en niños en edad escolar.....	52

4.1.3 Lineamientos dirigidos a maestros para fomentar la autoestima en sus alumnos.....	53
4.2 Ejercicios para promover la autoestima infantil.....	62
Conclusiones.....	82
Referencias bibliográficas.....	89

## RESUMEN

Actualmente se ha reconocido que los adultos con una alta autoestima saben con mayor certeza lo que quieren realizar en su vida y desarrollan las habilidades que lo hacen posible, aceptan sus errores y rectifican, se aprecian y se respetan a sí mismos así como a la gente que les rodea, aceptan todo lo que concierne a su género y se relacionan con el sexo opuesto de manera satisfactoria, expresan sus sentimientos y su agresividad sin lastimar a los demás, toman sus propias decisiones y asumen sus responsabilidades, tienen la capacidad de autoevaluarse y confían en sí mismos; contrario a los adultos cuyos niveles de autoestima son bajos quienes por lo general se sienten frustrados, amenazados y están a la defensiva, tienen problemas para relacionarse, usan prejuicios, se dejan manipular por la gente que les rodea, reprimen sus sentimientos, su agresividad la manifiestan de manera destructiva, no aceptan cometer errores y culpan a los demás si algo sale mal, difícilmente asumen responsabilidades y no toman decisiones importantes en su vida.

En primera instancia el tipo de relación que se da entre un niño y sus padres va a depender de las características biológica, intelectuales y temperamentales con las que nace el niño y con las que cuentan los progenitores, sin embargo, es de suma importancia que el niño perciba que se le quiere; que todo cuanto siente, piensa y le acontece es significativo. La interacción cotidiana de los niños con sus progenitores y más adelante en el ámbito escolar con sus maestros y compañeros, influirá en el nivel de autoestima alcanzado por cada uno de ellos y en su desarrollo psicológico, por ello se considera pertinente que tanto padres como maestros conozcan y lleven a la práctica una serie de sugerencias y ejercicios con el fin de favorecer un clima en donde se les induzca durante su niñez, la confianza y seguridad en sí mismos que los haga sentirse competentes para enfrentarse a las presiones a las que somete la vida y tiendan a alcanzar un nivel de autoestima alto. De esta manera quizás, se logre que al llegar a la edad adulta no tengan problemas de conducta ni trastornos emocionales que les pudiesen afectar su vida personal o sus relaciones con los demás.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad existen personas de todos los estratos sociales que manifiestan problemas emocionales, la situación ha llegado al grado que tanto el gobierno como instituciones del sector salud han implementado una serie de servicios como medida preventiva para que este problema no alcance mayores dimensiones. Muchas de las alteraciones que manifiestan la mayoría de las personas tales como la angustia, la depresión, el miedo a las relaciones íntimas o al éxito, las adicciones al alcohol o a las drogas, el bajo rendimiento escolar y laboral, la agresión intrafamiliar, el suicidio y algunos de los crímenes violentos son el resultado de una baja o nula autoestima (Branden, 1997).

La información que se tiene en torno al tema de autoestima generalmente se circunscribe a las características e implicaciones que tiene la autoestima en adolescentes y adultos, así como a las técnicas que se utilizan para que la adquieran, cambien o recuperen (Rodríguez, 1985; Palladino, 1992; Proto, 1994; Branden, 1997; entre muchos otros). Sin embargo, aunque se ha hablado mucho sobre dicho tópico, la autoestima infantil se ha tratado muy escasamente (Weinhaus, 1994; Corkille Briggs, 1996; Clemen, 1996). Teniendo como base lo señalado anteriormente surge la necesidad de generar trabajos e investigaciones que conlleven fomentar la autoestima positiva en niños en esta etapa del desarrollo, de tal modo que el ser humano aprenda desde pequeño a aceptarse dentro de sus límites, y enfrente los errores desde una perspectiva en que sean retos para él y no rotundos fracasos; una autoestima que brinde la suficiente seguridad y confianza ante las comparaciones; ante los cambios físicos y emocionales característicos de la pubertad y de la adolescencia.

Se considera que si se tiene cuidado en el manejo y trato que se le da al niño se establecerán patrones de comportamiento que quedarán arraigados como parte misma de la personalidad y de esta manera se logre prevenir trastornos psicológicos en etapas posteriores.

Al abordar el tema de autoestima se observa que es un término que suele ser utilizado de manera análoga con el de “self”, autoimagen, autoconfianza, autoconcepto, etc.,

Dentro del psicoanálisis se habla de un sentido del “yo”, un “ego”, un “proceso de identificación”, en donde se internalizan o incorporan a nosotros los valores, actitudes y patrones conductuales que fundamentan la mayor parte del desarrollo de la personalidad en los años preescolares.

Coopersmith (1967) define la **autoestima** como “el juicio personal de valor que se expresa en las actitudes positivas y negativas que el individuo mantiene acerca de sí mismo” (ob. cit. en Gómez R. G. y Palacios M. C., 1995; pág. 8).

Musitu (1985) menciona que “la autoestima expresa el concepto que tiene uno mismo según unas cualidades subjetivables y valorativas (ibid. pág. 78 ).

Bruno (1995) se refiere al autoconcepto como “el conjunto de autoconceptos que se tienen acerca de sí mismo en términos de inteligencia, creatividad, intereses, aptitudes, rasgos conductuales y apariencia personal” (pág. 38).

Satir (1988) menciona que la autoestima es “el conjunto de sentimientos e ideas que uno tiene de sí mismo” (ob. cit. en Vega, 1990; pág. 13).

Para Branden (1997) la autoestima “refleja el juicio implícito que cada uno hace acerca de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida (para comprender y superar sus problemas ) y su derecho a ser feliz ( respetar y

defender sus intereses y necesidades)” (pág. 11).

Pick (1991; ob. cit en Covarrubias y Gómez, 1998) define la autoestima “como la capacidad de tener confianza y respeto por sí mismo”.

En síntesis, se podría decir que la autoestima es la sensación personal de valía, eficacia, confianza, y seguridad que en un primer momento se genera en el ámbito familiar y que se va moldeando con las experiencias de nuestro entorno social. Sin embargo, como se tiende a utilizar el término autoestima como sinónimo de autoimagen y autoconcepto conviene aclarar dichos términos.

La **autoimagen** básicamente alude a la percepción corporal o física que incluye todos los elementos que emanan del cuerpo tales como la voz, el aliento, el olor que posee cada persona, el arreglo personal entre otras cosas (Shilder, 1989). En cambio el **autoconcepto** hace referencia a una serie de creencias que se adquieren por lo que otros dicen y piensan sobre nosotros y nuestras habilidades, y que finalmente rigen nuestra manera de actuar (Rodríguez, 1985).

Por lo tanto autoimagen y autoconcepto son dos aspectos que nutren la autoestima y que están firmemente entrelazados entre sí, es decir, una persona que acepta su imagen tendrá un concepto positivo y un nivel de autoestima alto, por el contrario si no está a gusto con su imagen tendrá un concepto pobre de sí misma y su autoestima será muy baja.

Ahora bien, teniendo en cuenta que poseer una autoestima alta implica sentirse confiadamente apto y acertado para la vida; que una autoestima baja equivale a sentirse inepto e imprudente para la vida y que autoestima media es fluctuar entre ambos extremos (Branden, 1997), se podría decir que la

mayoría de los seres humanos oscilan entre un nivel y otro; que una misma persona podría reflejar cierto nivel de autoestima dependiendo del lugar en el que se encuentre y el área de su vida en particular (área social, académica, laboral, etc). Asimismo, el individuo que tienda a un nivel alto de autoestima deberá creer y sentirse seguro de su valía personal ya que si aparenta “ser” quién no “es” realmente se expondrá a ser descubierto en cualquier momento por la gente que le rodea y esto le puede generar una angustia que le ocasionaría un gran desgaste físico y emocional.

En general la primera relación de tipo afectivo que se establece desde el nacimiento entre el niño y el adulto tiene una gran influencia para que en un futuro el niño sea capaz de dirigir su vida, tomar decisiones ante situaciones que le puedan generar conflicto y desarrollar un código de valores. Los niños necesitan sentirse amados, seguros y protegidos por sus padres para que lleguen a ser personas independientes, ya que de no ser así se crea un vacío afectivo que se prolongará en la edad adulta (Forward, 1986 ob. cit. en Covarrubias y Gómez, 1998), y un nivel bajo de autoestima que llega a repercutir en su desarrollo psicológico.

En una evaluación realizado por Rubio (1986) a estudiantes de ambos sexos cuyas edades iban de los 8 a los 17 años encontró una correlación positiva entre la autoimagen y el rendimiento académico.

Zeiller (1994) destaca que la mayoría de los sentimientos negativos y la frágil imagen que tienen los criminales son generadas por las primeras relaciones que se establecen entre padres e hijos.

Hosoi (1991) señala que el nivel de autoestima juega un papel muy importante en el tipo de reacción que tienen las mujeres antes, durante y después del embarazo.

Vega (1990) midió la autoestima aplicando una versión adaptada del inventario de Coopersmith a grupos de niños con alto y bajo rendimiento, encontrando una diferencia significativa con la cuál queda comprobada la correlación entre el aprovechamiento escolar y la autoestima.

Shor E. L., Stidley C. A. y Malspeis S.. (1995) refieren una correlación entre una baja autoestima y los problemas de conducta que manifiestan los niños.

Considerando que el niño desde su nacimiento interactúa con su medio y con la gente que le rodea, se puede decir que su salud física y mental está determinada no sólo por factores tales como la herencia, el temperamento y el estatus socioeconómico, sino también por la forma en que los padres, miembros de la familia ó la sociedad tratan a los niños. Lo señalado anteriormente y la escasa información que hay sobre la autoestima en niños nos conllevan a reflexionar sobre las medidas que se puedan implementar para desarrollar y fortalecer la autoestima desde la infancia enseñándoles a resolver conflictos cuando sobresalen menos que sus compañeros así como las habilidades que se requieren para emprender, planear y llevar a cabo actividades, monitoreando la actitud que adoptan ante el éxito ó el fracaso, entre otras cosas.

Se puede apreciar que las experiencias familiares tempranas juegan un papel muy importante en el aprendizaje del niño, por lo cual es necesario evitar crear autoconceptos negativos ya que una vez que se han creado, es difícil que se superen (Beltrán, 1984 ob. cit. en Oñate, 1989). Si bien es cierto que los padres por la manera en que tratan a los niños se podrían identificar en democráticos, autoritarios y permisivos (Baumrind, 1971 ob. cit. en Papalia D. E. y Olds S. W, 1985), se puede decir que independientemente de la calidad del vínculo que lleguen a establecer, influyen en ciertos rasgos de la personalidad del niño y contribuyen para que surja la autoestima como lo veremos a continuación.

a) Los Padres Democráticos son aquellos que ejercen un control firme pero razonable pues explican las razones en la que fundamentan sus normas; estimulan al diálogo y la independencia rodeando al niño de una atmósfera afectiva. En general, los niños tienen un nivel alto de estima si al menos uno de sus progenitores le manifiesta afecto y aceptación (Coopersmith, 1967 ob. cit. en Mussen, 1984).

b) Los Padres Autoritarios son sumamente exigentes y castigan severamente cuando no se acatan las normas establecidas de manera absoluta, son menos afectivos y limitan la autonomía del niño. La hostilidad y resentimiento que generalmente despiertan los padres en los niños no se llega a expresar directamente, frecuentemente la transfieren a otras personas o la internalizan expresándola a través de autoagresiones tales como el suicidio o la tendencia a exponer constantemente su vida (Mussen, 1984).

c) Los Padres Permisivos son muy emotivos, permiten que sus hijos regulen la mayor parte de sus actividades. Por lo común al no tener límites sobre su comportamiento crean en el niño la actitud de que el mundo esta a su disposición, son egoístas y tienden a tener problemas con las figuras de autoridad (Gordon, 1981).

Una vez más se observa que la familia juega un papel determinante en el desarrollo del niño sin embargo, cuando ingresa al ámbito escolar el maestro es también una pieza importante para que adquiera la confianza en sí mismo y se sienta competente en las etapas posteriores. El tipo de experiencias que se le brinden serán los cimientos para despertar en él un sin fin de aspiraciones así como la motivación necesaria para realizarlas, además de promover una actitud positiva ante el hecho de asistir a la escuela y ante las situaciones de aprendizaje.

Como se puede apreciar cuidar y educar a un niño puede resultar una tarea fácil, pero se requiere que los adultos se comprometan, se responsabilicen y estén conscientes del papel que están desempeñando sobre todo en la formación de la autoestima en las nuevas generaciones.

Ante esta situación el presente trabajo tiene como **objetivo** el planteamiento de algunos medios que posibiliten a los niños en edad preescolar y escolar la adquisición de las experiencias y mensajes que conlleven a niveles altos de autoestima. Pretende sugerir algunos elementos que sean de utilidad para fomentar la autoestima sin pretender que esto sea un recetario, ya que cada niño tiene sus propias necesidades e intereses como cualquier ser humano y esto lo hace único y diferente a los demás.

Para ello se empezará por analizar en el primer capítulo aspectos generales del desarrollo físico, motor, cognoscitivo, del lenguaje, de la conducta social y afectiva del ser humano que serán tratados por separado, sin olvidar que el desarrollo de un área no se da aisladamente, sino que cada una afecta a las demás.

En el segundo capítulo se analizará lo que se entiende por autoimagen, autoconcepto y autoestima, citando para ello algunas de las acepciones que tienen, y de este modo analizar la interrelación que existe entre estos tres aspectos; se mencionarán los diferentes niveles de autoestima con sus respectivas características. Posteriormente se irá analizando la forma en que se va generando la autoestima, y la importancia que tiene ésta en el desarrollo de la personalidad del ser humano. Así como la relación que existe entre autoestima y motivación.

En el tercer capítulo se profundizará en la cuestión afectiva para poder analizar cuan importante es la calidad del vínculo materno, la influencia que tiene la relación que se establece entre el niño y su padre, así como los

diferentes tipos de crianza y las repercusiones que tiene en el desarrollo del niño. Además de mencionar el efecto que tiene el hecho de que se relacione con el maestro y con otros niños una vez que ingresa a la escuela, tanto en el desarrollo de su personalidad como en el desarrollo de su autoestima.

Finalmente se plantearán algunas actividades ó estrategias por medio de las cuales el niño obtendrá información y retroalimentación sobre sí mismo, que le permitirán experimentar la sensación de seguridad y confianza; ambas necesarias para la estructuración de su autoestima.

Cabe señalar que este trabajo constituye solamente un acercamiento ante la necesidad de rescatar el tema del desarrollo de la autoestima en niños, el cual ha sido tratado tan escasamente. Dado que durante la infancia el niño se valora a través de los juicios emitidos por los adultos que son significativos para él; se espera que se amplíe la información y se difunda el rol que tienen en su desarrollo.

*Las flores que crecerán mañana  
son las semillas que sembramos hoy.*

*Phil Bosmans.*

## CAPÍTULO I

### DESARROLLO DEL NIÑO

La vida se inicia realmente en la concepción, cuando el nuevo ser recibe una herencia genética que le proporciona las potencialidades básicas para su desarrollo, aunque también el ambiente físico como sociocultural inciden en el desarrollo de dichas potencialidades y en la personalidad del ser humano. Para facilitar el estudio del desarrollo humano el ciclo vital generalmente se divide en etapas y cada etapa suele subdividirse a la vez en varias áreas con fines descriptivos, sin embargo en realidad el desarrollo es integral; es todo un proceso en el que están involucrados varios cambios tanto a nivel cualitativo como cuantitativo. Las distintas áreas del desarrollo están estrechamente vinculadas, es decir, un cambio dado en una de ellas lleva consigo a una modificación en el desarrollo de las demás áreas y por consiguiente determinan el desarrollo global (González R. F. y Mitjans, M: A., 1989).

A continuación se hará referencia a la relación interactiva, las implicaciones y algunos de los cambios que se observan en el área del desarrollo físico-motor, el desarrollo cognoscitivo, el desarrollo del lenguaje, el desarrollo de la conducta social y afectiva durante la edad preescolar y escolar. Cabe señalar que según Rice (1997) la etapa preescolar corresponde al período de los 3 a los 5 años y la etapa escolar de los 6 a los 11 años, pero si se ubican a nivel de educación formal, estarían comprendiendo el periodo en el que los niños ingresan a preescolar y a nivel primaria.

#### 1.1 Interrelación entre las diferentes áreas del desarrollo.

Como se había señalado anteriormente se debe de tener en cuenta la relación que existe entre las distintas áreas del desarrollo, pues es evidente que el tipo de avance que logra obtener un niño en un área específica, afecta

también el desarrollo de las otras. En el caso de que un niño manifieste problemas en su crecimiento físico, en el desarrollo de sus huesos ó en las fibras musculares seguramente se le hará difícil que comience a gatear y que tenga contacto con su entorno, se verá limitado en cuanto al tipo de experiencias que pudiese obtener para desarrollar así su capacidad intelectual y sus habilidades sociales.

Por el contrario, si se considera que es un niño cuya apariencia física es catalogada como “agradable” ó dentro de los patrones de belleza. Entonces será animado por las personas que le rodean para que juegue, camine y empiece a hablar, le alentarán para explorar su ambiente y día con día le enseñarán nuevas habilidades; es obvio que su capacidad en todas las áreas será mucho mayor que la del caso anterior.

Como se puede apreciar la relación que se da entre las diferentes áreas del desarrollo es muy estrecha y no se presenta en una sola dirección. Las diferencias individuales que se contemplan durante el mismo desarrollo se explican por un gran número de factores biopsicosociales, y se refleja la importancia que tiene cada una de las áreas, así como la influencia tan determinante que tienen en el desarrollo integral del niño.

## 1.2 Desarrollo físico y motor.

En primer lugar las capacidades físicas determinan el tipo de experiencias que pueda tener el niño y por lo tanto en el desarrollo cognoscitivo y social. El desarrollo físico entre los dos y los cinco años se caracteriza por varios cambios corporales entre los que sobresalen el incremento de la longitud de los brazos y piernas, además de que se destacan más los músculos y las articulaciones. “El vientre tan prominente en el estadio anterior, se reduce y aplan, el talle se configura, en el pecho se destacan los

músculos y costillas. La caja torácica se aplana según su diámetro antero posterior, con lo cual pierde su forma cilíndrica. La amplitud de los hombros aumenta y se destacan notablemente de la anchura de las caderas ahora reducidas” (Moraleda, 1995; pág. 138)

“A los cuatro años el corazón triplica el peso que mostraba en el parto, y a los seis lo hace el encéfalo, cuyo crecimiento es muy poco sensible después de esta edad” (ibid.; pág. 105). “Continúa el crecimiento de la corteza cerebral conforme se agregan nuevas células y hacen el cerebro más pesado, a los cinco años de edad el cerebro ha alcanzado el 75% del peso que tendrá definitivamente” (Angrilli, 1984; pág. 78).

A la par de los cambios en las proporciones hay rápidos incrementos en la estatura y el peso. Los niños generalmente pesan más y tienen una estatura más alta que las niñas al nacer, sin embargo entre los 11 y los 13 años de edad las niñas suelen ser ligeramente más altas debido a que maduran aceleradamente durante la pubertad, pero de ahí en adelante el varón promedio vuelve a ser más alto (Strommen, Mckinney y Fitzgerald, 1989). El sistema muscular y nervioso siguen madurando al igual que la estructura ósea; el tejido suave ó cartilago se va convirtiendo en hueso y los huesos incrementan su dureza. “ La dentadura de leche se completa, a los 6 años aparece el primer molar o pieza de la dentición definitiva” (Moraleda, 1995 pág. 105), y a partir de los 6 o 7 años cambian de dientes.

Ahora bien, el tiempo y el grado del crecimiento dependen de factores genéticos y ambientales, tales como la nutrición, el cuidado pre y postnatal, la calidad del vínculo afectivo, etc. “Un niño desnutrido presenta un retraso en el desarrollo de los huesos y tiene una circunferencia craneana más pequeña que la de los niños nutridos” (ibid). Tomando en cuenta esta información de alguna manera nos percatamos de que el desarrollo neuromuscular es básico para el posterior desarrollo.

Si bien el desarrollo motor sigue una dirección céfalo caudal, es decir, comienza de la cabeza y se va extendiendo progresivamente a los pies, también sigue una tendencia próximo distal, entendiéndose por ello del centro hacia las extremidades del cuerpo. Las manos pasan a ser para el niño el órgano principal del conocimiento, pues mediante los movimientos sencillos que realiza no falta el roce casual con diversos objetos. La percepción y la repetición de las acciones cada vez más coordinadas producen en él un interés por tocar, escuchar y ver objetos que se encuentren en su entorno; una vez que el niño aprende a caminar amplía su campo de acción.

A través de la imitación de los adultos en la solución de problemas el niño aprende a aplicar dichos conocimientos posteriormente en situaciones cada vez más complejas, obteniendo así las primeras experiencias de éxito. Los preescolares con huesos y músculos más fuertes, mayor capacidad pulmonar y mejor coordinación entre brazos, piernas, sentidos y el sistema nervioso central manifiestan una mayor habilidad y dominio del cuerpo. “los niños de 5 años pueden saltar con suavidad, brincar a una distancia de un metro, saltar 30 centímetros, avanzar en un pie una distancia de cinco metros, iniciar, girar y detenerse al jugar, alternar los pies, caminar en una viga de equilibrio, lanzar una pelota con un pie inclinado hacia adelante del mismo lado que el brazo con que hace el lanzamiento y atrapar una pelota. Las habilidades motoras finas incluyen un mayor grado de coordinación de músculos pequeños y entre ojo y mano. Al tener bajo control los músculos pequeños los niños ganan un sentido de competencia e independencia porque pueden hacer muchas cosas, como comer o vestirse por sí mismos”(Rice, 1997; pág. 153).

De acuerdo a Gessel (1940) a los dos años la marcha del niño no es aún firme por lo que su cuerpo se inclina a los lados, utiliza ambos brazos cuando en realidad sólo necesita uno, puede trepar, tirar de las cosas, correr, colgarse con las dos manos pero con poca resistencia. A los tres años cuando corre y camina mantiene muy juntas las piernas, empieza a estirar una mano para recibir un objeto y manifiesta ya una preferencia por la derecha o izquierda.

A los cuatro años ya puede cambiar el ritmo al correr, realiza construcciones con bloques, dibujar formas y figuras muy sencillas. A los cinco años puede saltar, mantener el equilibrio al caminar sobre una barra, sostenerse en un pie por espacio de algunos segundos e imitar pasos de baile (ob. cit. en Craig, 1988; pág. 270).

“Los niños en edad escolar gradualmente incrementan su habilidad motora a medida que continúa su crecimiento corporal. Aumenta el tamaño de los músculos y sigue mejorando la coordinación, por lo que la mayoría puede correr, bailar, brincar y saltar con agilidad. La mayoría de los niños de 6 años puede montar en bicicleta, saltar la cuerda, patinar, trepar árboles y escalar cercas si se les brinda la oportunidad. La mayoría de los niños de 8 y 9 años pueden aprender a martillar, aserrar, utilizar herramientas de jardinería, coser, tejer, dibujar en proporción, escribir, estampar y cortar las uñas” (Rice, 1997; pág. 155).

Lo señalado anteriormente nos habla de la importancia que tiene la actividad mental en la acción del niño, la cual comienza en forma refleja y conforme va evolucionando se observan respuestas distintas, complejas y cada vez más bien organizadas. Liublinskaia (1971) considera que para que el niño pueda “modificar y reestructurar el mundo de un modo consciente y dirigido a un fin, es necesario planificar sus acciones, pensar, razonar y prever” (pág. 91). Esto nos da pauta para hablar sobre los procesos cognoscitivos, tema que será tratado a continuación.

### 1.3 Desarrollo cognoscitivo

El niño como un organismo activo que procesa toda la información recibida tiene contacto con el mundo que le rodea por medio de sus percepciones y acciones. Conforme avanza su desarrollo las palabras que le

suministran los adultos adquieren gradualmente un significado que generan en él una reacción que puede ser una imagen, un movimiento, o bien otra palabra. Liublinskaia (1971) considera que la acción y el lenguaje cambian según el nivel de actividad mental del niño, por consiguiente el pensamiento se reflejará en las acciones que realizan los niños que gradualmente tienden a ser intencionales.

En el caso de los preescolares al manipular diversos objetos se les induce a pensar, las situaciones novedosas y desconocidas despiertan en ellos una "actividad de orientación investigadora" que les permite ir descubriendo las cualidades y relaciones de las personas, cosas o sucesos de su mundo circundante. A través de la relación con los adultos el niño adquiere habilidades imitándolos en la solución de problemas, de hecho "sin imitar al adulto, el niño nunca sería capaz de inventar por sí sólo las acciones, movimientos y palabras necesarias" (ibid.; pág. 116), y con el cúmulo de experiencias que adquieren al ir resolviendo problemas cada vez más complejos se enriquecen con una gran cantidad de conocimientos.

"A medida que domina el idioma, el niño aprende no sólo a resolver los problemas, sino a plantearlos, a planificar y buscar los medios necesarios y más racionales a comprobar los resultados obtenidos y a estimarlos críticamente" (ibid.; pág. 286); el pequeño aprende a escuchar y cuantas más cosas asimila mediante el lenguaje, las utiliza como medio para actividades analíticas. Los principales estadios del desarrollo del área intelectual de acuerdo a Piaget ( cit en Papalia y Olds, 1985; Strommen y col., 1989 ) son los siguientes:

El período sensoriomotor (del nacimiento a los 2 años). Al familiarizarse con su propio cuerpo el niño realiza movimientos sencillos y a través de sus cinco sentidos manipula los objetos. Los reflejos que en primera instancia le permitían sobrevivir ahora son la base para que el niño aprenda. Al experimentar situaciones y al volverlas a repetir comienza tener control

sobre sus acciones y las encamina a un fin.

El período preoperacional (de los 2 a los 7 años). El pensamiento es egocéntrico, su razonamiento es intuitivo. Ante algunos sucesos prevalecen las explicaciones de pensamiento mágico y antropomórfico, es decir, utiliza símbolos en el lenguaje para referir cosas o hechos ausentes. Además imita actividades de los adultos aún después de haber sido observadas, y a través del juego lúdico puede representar lo que se imagina con cualquier objeto.

El período de operaciones concretas (de los 7 a los 11 años). Empieza a clasificar y agrupar objetos, desarrolla el sentido de la conservación, el principio de causa-efecto, y la capacidad para invertir operaciones mentales.

El período de operaciones formales (de los 11 años en adelante). Utiliza el razonamiento lógico, maneja conceptos abstractos y plantea hipótesis para explicar su entorno.

Como podemos observar la actividad mental está muy vinculada con el desarrollo del lenguaje, y ambos aspectos permiten una maduración intelectual en el niño, como lo veremos a continuación.

#### 1.4 Desarrollo del lenguaje.

“Las risas, los sonidos inarticulados, los movimientos, etc. constituyen medios de contacto social desde los primeros meses de vida del niño” (Bühler, 1925 ob. cit. en Vigotsky 1972: pág. 70). De acuerdo a Vigotsky pensamiento y lenguaje son actividades que se generan independientemente. Sin embargo, señala que “aproximadamente a los dos años pensamiento y lenguaje se unen para dar pauta a un nuevo comportamiento....el pensamiento

se torna verbal y el lenguaje racional” (pág. 72).

Dicho autor considera que en el desarrollo del habla existe una base pre-intelectual (llanto, balbuceo, etc.) y en el desarrollo del pensamiento una base prelingüística (acciones, percepciones, etc.). “Al oír los pedidos que le hacen, el nombre de los objetos ó la designación de las acciones que con ellas se realizan, el pequeño comienza a destacar cada vez más la palabra en calidad de estimulador intenso, que aprende a utilizar rápidamente por sí sólo” (Liublinskaia, 1971; pág. 343)

Según la teoría de Vigotsky (1972) el lenguaje es el resultado de un proceso social que se caracteriza por tres funciones: la primera es el “lenguaje egocéntrico” en dónde el niño habla en voz alta para sí mismo acerca de sus acciones lo cual le permite dirigir su comportamiento; segunda el lenguaje egocéntrico da pauta al “lenguaje interno” que hace referencia a un lenguaje sin sonido que también dirige la actividad mental pero ya es por medio de relaciones o signos interiorizados, o bien la tercera función denominada “el lenguaje externo” en donde el niño comienza a comunicar sus pensamientos a los demás.

Una vez que el niño comienza a dominar el habla, la curiosidad del niño se refleja mediante las preguntas que realiza con respecto a su entorno. “El lenguaje, que al principio (en los pequeñines) es un medio para la toma de conciencia de la acción ya realizada, se va trasladando gradualmente hacia el comienzo de la acción” (Liublinskaia, 1971; pág. 293).

Mediante el juego y la convivencia con los adultos el niño pasa gradualmente de una incipiente diferenciación del significado de las palabras a una generalización y comprensión de las mismas. “El aumento del vocabulario continua intensamente en el transcurso de toda la primera mitad de la edad preescolar para comenzar a disminuir progresivamente la

intensidad de acumulación de nuevas palabras” (ibid.; pág. 343)

De acuerdo a Strommen y col. (1989) el desarrollo del lenguaje se divide básicamente en dos etapas: la etapa prelingüística y la lingüística.

- La etapa prelingüística en donde incluyen el balbuceo ó emisión de los primeros sonidos; lalación en donde el niño responde a las vocalizaciones del adulto, y ecolalia en la que el niño imita los sonidos que escucha.
- La etapa lingüística la cual es subdividida en locución halofrástica en donde el niño con una sola palabra expresa un pensamiento completo; locución telegráfica caracterizada por frases que incluyen sustantivos y verbos, y reglas de la sintaxis en donde se adquieren por completo las formas gramaticales.

De los seis a los doce años es cuando el niño por lo común aprende a leer y a escribir; al tener contacto con nuevos contenidos académicos descubre el lenguaje así como la importancia que tiene en su desarrollo frente a las diversas situaciones escolares e incrementa su léxico, sin embargo no debemos olvidar la influencia que tiene el medio sociocultural de la familia y la calidad de la estimulación verbal que reciba.

Moraleda (1997; pág. 113) señala “ que las madres de los niños que manifiestan un mayor desarrollo intelectual frecuentemente son atentas, cariñosas, alentadoras, y dispuestas a ofrecer una estimulación variada”. Por lo tanto, podemos decir que el desarrollo cognoscitivo y el desarrollo lingüístico progresan más en el desarrollo social de una familia sobre todo cuando existen nexos afectivos gratificantes.

### 1.5 Desarrollo social y afectivo.

El impacto que tiene el primer vínculo es sin lugar a dudas de gran relevancia, y si bien no es el objetivo de este trabajo señalaremos algunas de las implicaciones que tiene en el desarrollo de la autoestima.

Bowlby (1951 ob. cit en Gross, 1994; pág. 537) señalaba que “ el amor de la madre es tan importante para la salud mental como lo son las vitaminas y proteínas para la salud física”, además estudios realizados por Klaus y Kennel (1982 ob. cit. en Rice, 1997.) encontraron que se fortalecía la “sensibilidad maternal” al mantener juntos a la madre y al bebé durante las primeras horas después del nacimiento.

Lo señalado anteriormente plasma la importancia que tiene el vínculo afectivo que se establece entre el niño y la madre ó el adulto que lo cuida. Dicho vínculo conocido como “apego”, es una especie de atadura invisible que se manifiesta en el comportamiento diferencial que tiene el niño ante las personas que le rodean que se expresa generalmente mediante el llanto cuando el niño es tomado en brazos por una persona desconocida; surge el miedo a los extraños y la ansiedad ante la separación. Esto último sucede en el periodo que va de los 6 o 7 meses a los 18 meses y se debe a que “el infante no ha formado un conjunto de expectativas que sugieren que las separaciones son temporales y que las personas regresan” (Bruno, 1995; pág. 30).

Cuando las personas encargadas del cuidado del niño satisfacen sus necesidades fisiológicas y de afecto logran que se vuelvan seguros y confiados (Erikson, 1963, 1968 ob. cit. en Rice, 1997). Por lo tanto, para que el niño logre independencia en sus actos requiere de haber establecido relaciones de “apego” con una o varias personas que le permitirán explorar y conocer su entorno y aspectos de él mismo, así como comprender la realidad, anticipar el

futuro y construir sus planes (Bowlby, 1973 ob. cit. en Delval, 1994)

De acuerdo a Thornton, Chatters, Taylor y Allane (1990) “la familia es el primer transmisor del conocimiento, los valores, actitudes, roles y hábitos que una generación transmite a la siguiente” (ob. cit. en Rice, 1997 pág. 269). Los niños en su relación con los demás (principalmente con sus progenitores) aprenden actitudes, valores, conductas propias a su sexo, habilidades necesarias para relacionarse, etc., pero también adquieren las primeras nociones sobre su aspecto físico, sus capacidades y limitaciones. Toda esta información es básica y la van acumulando en el transcurso de los primeros años, los niveles alcanzados en la formación de la autoimagen, autoconcepto y autoestima que cada niño va configurando de sí mismo dependen de este proceso de aprendizaje social.

A medida que los niños crecen, los contactos amistosos y la conducta cooperativa ocurren con más frecuencia (Ladd, Price y Hart, 1988 ob. cit. en Rice, 1997); al interactuar con otros niños en su entorno social aprenden a controlar sus emociones y a percatarse de que no siempre estarán de acuerdo con él. Gradualmente los preescolares descubren que provienen de situaciones familiares muy diversas y tienden a buscar similitudes y diferencias con los demás, “de los 3 a los 6 años empiezan a desarrollar sus habilidades sociales, que van desde una curiosidad inicial por saber quién es el otro, se miran, se observan, se atreven a tocar, etc.” (Hogan, 1989 ob. cit. en Escamilla, 1996; pág. 58).

Según Sullivan (1953 ob. cit. en Kohnstamm, 1991) en los primeros años se comprende aún muy poco acerca de los sentimientos de otros por lo que los niños se relacionan con poco tacto, de ahí que se diga que los niños son “cruces”, en cambio entre los 9 y los 10 años su comprensión y sensibilidad incrementan.

Moraleda (1995) señala que los niños de 6 ó 7 años presentan gran labilidad en los sentimientos, manifiestan fobias nocturnas, y tienden a perder el interés por actividades que antes les llamaban la atención. Mientras que en el periodo que va de los 8 a 10 años por su mismo desarrollo cognoscitivo controlan más sus emociones, su estado de ánimo es más alegre y optimista y sus temores los sustituyen por pruebas que les permiten afirmar su valía y superioridad ante sus compañeros, tales como el ser el más fuerte ó el saber y tener nuevas aptitudes intelectuales. "A medida que la vida social del niño se enriquece y se acompleja, sus emociones tienden también a socializarse" (ibid.; pág. 116).

Al hablar de emociones se debe considerar que tienen una base biológica puesto que las fuentes de placer y dolor en el niño están ligadas a la satisfacción de las necesidades de hambre, sueño, frío, etc., pero también en parte son aprendidas a partir de situaciones reales que se condicionan, por las historias de terror escuchadas de los adultos, o bien al imitar expresiones emocionales de las personas que los cuidan.

Cabe mencionar que "hay un acuerdo en considerar la alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa, desagrado e interés como emociones básicas" (Delval, 1994; pág. 185). Tal parece que las emociones durante la infancia surgen de acuerdo a ciertas pautas, no obstante el niño reacciona ante la presencia de los adultos; los movimientos, gestos, entonaciones severas, expresiones de alegría que se dan en el juego o en el momento de cantarle, etc. Esto permite al niño experimentar una gama de emociones que una vez que aprenda a identificarlas le servirán como medio de comunicación en su relación con los demás, podrá según su capacidad cognoscitiva prever las consecuencias de las mismas al expresarlas, y las utilizará como patrón de referencia para evaluar situaciones que le acontecen.

Sin embargo, es común que en nuestra cultura se induzca a los niños a contener sus emociones, mientras que a las niñas se les permite ó se les da la

libertad de manifestarlas. “Esto pone sobre los niños la pesada carga de ocultar sus sentimientos, y hace que la comunicación entre los sexos se haga más difícil porque los chicos tienen problemas para expresar cómo se sienten” (Casey, 1993 ob. cit. en Rice, 1997; pág. 247).

En general, las muestras de afecto por parte de los progenitores (o de quienes suplan dicha función) es vital en el desarrollo social y afectivo; “los niños tienen la necesidad emocional de recibir cariño, de ser tocados y acariciados; necesitan calidez, escuchar el sonido de una voz agradable y ver la imagen de una cara feliz” (Herman y McHale, 1993, Mc Donald, 1992 ob. cit. en Rice, 1997; pág. 242).

El hecho de que un niño perciba que se le estima, que es aceptado y valorado por sí mismo es de suma relevancia en la optimización de sus potencialidades, así como para que desarrolle una autoimagen, un autoconcepto y una autoestima elevada, aspectos que serán tratados más ampliamente en el siguiente capítulo.

***La vida de un niño es como un  
pedazo de papel en el que cada  
experiencia deja una marca.***

*Antiguo Proverbio Chino*

## CAPÍTULO II

### AUTOIMAGEN, AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

Si durante los primeros años los padres o quienes le cuidan han respondido a las necesidades fisiológicas y de afecto del niño, entonces él comenzará la vida con una base emocional segura y estable.

Una vez que el niño ha adquirido la confianza y la libertad para manipular su ambiente se le presentan un sin fin de posibilidades, de esta manera conforme se desarrolla va adquiriendo una imagen, un concepto sobre sí mismos y una estima en base a la forma en es tratado por los miembros de la familia y la sociedad en la que esta inmerso. Las actitudes positivas o negativas y las evaluaciones o juicios que los niños escuchan sobre sus características físicas, intelectuales, sociales y emotivas son de gran importancia para que vayan incorporando una serie de creencias al respecto y les puede proporcionar la sensación de estar en desventaja y con una profunda angustia, ó darles la pauta para sentirse seguros y confiados e ir estructurando una imagen, un concepto y una estima de sí mismos positiva.

Un nivel de autoestima alto implica una actitud diferente ante los éxitos y los fracasos; la misma competencia y la persistencia son aspectos que a su vez están relacionados con la parte motivacional (parte importante en el área educativa), con las expectativas que se puedan plantear los niños a corto y a largo plazo y con la calidad de vida que se lleve dentro de la sociedad.

Con el fin de entender más ampliamente el proceso que se da en el niño para adquirir su autoimagen, autoconcepto y autoestima, a continuación se mencionarán algunas de las diferentes acepciones que se les ha dado, así como algunos otros aspectos relacionados con su desarrollo.

## 2.1 Definición e interrelación de conceptos.

Actualmente en el área de psicología se ha contemplado a la **autoimagen, el autoconcepto y autoestima** como elementos muy importantes en el desarrollo de la personalidad del ser humano. Sin lugar a dudas la parte más visible en toda interacción social es la imagen corporal constituida por la expresión de nuestros rostro, la estatura, los atributos físicos, el arreglo personal etc.

### 2.1.1 Autoimagen

Shilder (1989) considera “que nuestra belleza o fealdad no solo figuran en la imagen que nos hacemos de nosotros mismos, sino también en la que los demás se forman de nosotros, para retornar luego, nuevamente hacia nosotros, la imagen corporal es el resultado de la vida social” (pág. 229).

“La imagen de uno mismo es la parte descriptiva, el tipo de persona que creemos ser” (Argyle y Trower, 1980; pág. 164); “significa verse a uno mismo como un individuo con ciertas características positivas” (Escamilla, 1996; pág. 64).

Para Gross (1994) la autoimagen “es la manera que uno se describe a sí mismo, el tipo de persona que pensamos que somos (nos guste o no )”, y señala que no se refiere únicamente a los rasgos físicos, sino que alude además a los roles sociales y al sexo biológico (pág. 508). Los niños generalmente adoptan como modelos a los padres, maestros, niños mayores, actores, etc. con los cuales se identifican, no obstante cuando la imagen que poseen de sí mismos difiere de la imagen “ideal” entran en conflicto (Argyle y Trower, 1980) y se originan estados de ansiedad e inseguridad. Asimismo, los

juicios que el niño escucha sobre sus rasgos físicos, habilidades y capacidades, la forma en cómo le tratan, le hablen y le miren quienes le rodean y son significativos para él le permitirán elaborar un concepto de sí mismo.

### 2.1.2 Autoconcepto

Se considera que constantemente se están configurando autoconceptos dependiendo del lugar, situación ó relaciones interpersonales establecidas por el individuo. El autoconcepto se define como el conjunto de percepciones cognoscitivas y actitudes que la gente tiene acerca de sí misma (Chasin y Young, 1981 ob. cit. en Rice, 1997 pág. 403)

Purkey (1970 ob. cit. Oñate, 1989) señala que “el autoconcepto es un sistema complejo y dinámico de creencias con un valor positivo o negativo jerarquizado que un individuo tiene acerca de sí mismo” (pág. 23). Pero también se menciona que viene determinado por el medio social en el que el sujeto está inmerso y sirve para proteger o potenciar la autoestima (Tesser y De Paulus, 1983 ob. cit. en Rice, 1997 pág. 77).

Tanto para Rodríguez (1985) como para Gross (1994) el autoconcepto es una serie de creencias y la percepción acerca de sí mismo que se manifiesta en la conducta. Es “ multifacético, multidimensional y jerárquico”, esto es, según las circunstancias se puede manifestar determinado autoconcepto a nivel académico, social, emocional y físico (Shavelson y Bolus, 1982; Marsh, 1986 ob. cit. en Escamilla, 1996 pág. 60).

Bruno (1995) lo define como el “conjunto de conceptos que se tienen acerca de uno mismo en términos de inteligencia, creatividad, intereses,

aptitudes, rasgos conductuales y apariencia personal” (pág. 16).

Como podemos apreciar la imagen que se adquiere de sí mismo permite ir configurando una serie de creencias o estructuras cognitivas que constituyen la parte medular del autoconcepto, sin embargo el autoconcepto y la autoimagen forman parte de la autoestima, la cuál se refleja directamente en el desarrollo del niño.

### 2.1.3 Autoestima

Al hablar de autoestima Burs (1977 ob.cit. en Oñate, 1989) refiere que hay dos aspectos íntimamente relacionados con ella; la autoevaluación y la autoaceptación.

La autoevaluación la describe como la capacidad que se tiene de juzgar las cosas o los hechos de la manera más real, es decir, aquilatar verdaderamente si un suceso es perjudicial ó permite aprender y crecer.

La autoaceptación equivale a reconocer y admitir cualidades y defectos y en la medida en que se está consciente de ellos se puede optar por cambiar lo que es factible, o por lo menos lograr tener un mayor control sobre ellos.

Según Burs la autoevaluación y la autoaceptación ejercen una gran influencia en el desarrollo de la personalidad del ser humano y hacen posible que surja la autoestima.

Para Coopersmith (1967 ob. cit. en Gómez y Palacios, 1995) la autoestima “es el juicio de valor que se expresa en las actitudes positivas y

negativas que el individuo mantiene acerca de sí mismo” (pág. 8); una dimensión afectiva, matizada por el valor o admiración que sentimos hacia nosotros mismos. (Hamachek, 1981)

Satir (1988 ob. cit. en Vega, 1990) indica que “es el conjunto de sentimientos e ideas que uno tiene de sí mismo” (pág. 13); el valor que considera tener cada persona, el grado en el cual se agrada, se aprueba ó se acepta a sí misma (Gross, 1994).

Según Rice (1997) la autoestima “es la percepción de nuestro valor, habilidades y logros; la visión positiva o negativa que tenemos de nosotros mismos” (pág. 258).

Conforme a Bruno (1995) “es una autclasificación informal en términos de valor personal” (pág. 38); la capacidad de tener confianza y respeto a uno mismo (Pick, 1991 ob. cit. en Covarrubias y Gómez, 1988)

Para Branden (1997) “refleja el juicio implícito que cada uno hace acerca de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida (para comprender y superar sus problemas) y su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades)” (pág. 11).

Se puede observar que las distintas definiciones se complementan; señalan elementos que se requieren para lograr la madurez emocional y concuerdan en que afectan la calidad de vida del ser humano.

En suma se podría decir que la autoimagen hace alusión a la apariencia corporal a nivel descriptivo , mientras que el autoconcepto implica toda una serie de creencias sobre cada una de las habilidades que se tienen en las áreas física, intelectual, emocional y social, y que la autoestima tiene un matiz

afectivo y se refiere a la sensación personal de valía, eficacia, confianza y seguridad que se genera en un primer momento en el contexto familiar y que se van moldeando con las experiencias del entorno social. Por consiguiente autoimagen, autoconcepto y autoestima son componentes que no funcionan por separado sino que más bien se interrelacionan, juegan un gran papel en el desarrollo óptimo del ser humano y contribuyen para determinar la calidad de las relaciones interpersonales, el desarrollo del propio talento, la creatividad, la capacidad de riesgo entre muchas otras cosas.

## 2.2 Niveles de autoestima.

A través de los diferentes momentos en que transcurre la vida de un ser humano la sociedad y la cultura van moldeando la percepción que tiene de sí mismo. De ahí que conforme se va recibiendo información de los demás respecto a la manera de ser, actuar y pensar, los niveles de autoestima difieren mucho entre una persona y otra.

### **Autoestima Alta**

Branden (1994) menciona que la Autoestima Alta “es sentirse confiadamente apto y acertado para la vida” (pág. 11). Las personas se caracterizan por reconocer sus propias limitantes, y en los momentos en que hay dificultades intentan superarlas, además se sienten competentes, creen en sus propias decisiones y confían en sí mismas como su mejor recurso; al aceptar su valor como persona aceptan y respetan el valor de los demás (Hamachek, 1981). “Un niño con alta autoestima estará orgulloso de sus logros, actuará con independencia, asumirá responsabilidades con facilidad, sabrá aceptar las frustraciones, afrontará nuevos retos con entusiasmo, se sentirá capaz de influir sobre otros, mostrará amplitud de emociones y sentimientos” (Clemes, 1996; pág. 11 ).

### **Autoestima Baja**

Autoestima Baja. "Es sentirse inepto e imprudente para la vida" (Branden, 1984). Las personas tienden a ser muy pesimistas, se aíslan, son indiferentes ante su propia persona y la de los demás, el temor las limita y en ocasiones tienden a refugiarse en las drogas, llegando a incurrir en algunos casos en el suicidio o el asesinato (Hamachek, 1981). "Un niño con poca autoestima evitará las situaciones que le provoquen ansiedad, despreciará sus dotes naturales, sentirá que los demás no le valoran, echará la culpa de su propia debilidad a los demás, se dejará influir por otros con facilidad, se pondrá a la defensiva y se frustrará fácilmente, se sentirá impotente, tendrá estrechez de emociones y sentimientos" (Clemes, 1996).

### **Autoestima Media**

Autoestima Media. "Es fluctuar entre ambos extremos..." (Branden 1984; pág. 11).

Evidentemente que es muy raro encontrar niveles "puros" de autoestima alta, baja o media pues la mayoría de la población oscila entre un nivel y otro, además de que es muy común que no siempre se encuentran niveles altos de autoestima en todas las áreas de la vida cotidiana. Es por eso que en este trabajo se considera necesario difundir las condiciones pertinentes para crear un clima en donde el niño vía inductiva logre niveles de autoestima con tendencia alta.

Estudios realizados en 1987 en E. U. A. en el Centro Nacional de Autoestima indican que los niveles de autoestima decrecientan conforme los estudiantes avanzan en sus estudios. Encontraron que el 80 % de los niños del Kinder obtuvieron niveles altos de autoestima, que con el paso del tiempo los alumnos registraron el 20 %, en el High school sólo el 5 %, y en el Colegio Seniors el 2 % (ob. cit. en Amundson, 1991).

Lo señalado anteriormente deja claro que el periodo de la infancia es un buen momento para desarrollar o fortalecer la autoestima. Considerando que la autoestima no se hereda ni se da de la noche a la mañana, sino que se aprende a través de las experiencias de aceptación o rechazo, de confianza o desconfianza, de seguridad o inseguridad ante el éxito o fracaso, se puede decir que es todo un proceso el cuál será detallado con mayor claridad en el siguiente apartado.

### 2.3 Formación de la autoestima.

Erik Erikson (1950 ob cit. en Berryman, 1994) considera que “el niño aprende si el mundo es un lugar bueno y satisfactorio para vivir o una fuente de dolor, miseria, frustración e incertidumbre” (pág. 57). Señala que hay ocho etapas por las que pasa el hombre en su vida y que vive una crisis acompañada por depresión y ansiedad al pasar de una etapa a otra al dejar algo seguro por algo incierto, aunque menciona que el rango de edades que estipula en las diferentes etapas puede variar en cada ser humano. Sin embargo debido a que cada niño es diferente se considera que la postura de Erikson no es aplicable de manera universal.

A continuación se abordarán únicamente las etapas que abarcan el período que corresponde a los niños en edad preescolar y escolar

Etapa I.- Confianza básica vs. desconfianza (desde el nacimiento hasta el primer año). Esta etapa es muy importante para el desarrollo de la autoestima, es cuando el bebé necesita que las personas que le rodean le satisfagan sus necesidades fisiológicas y de afecto; que le tomen en brazos, le hablen, jueguen con él, le hagan sentir que está seguro, atendido, y amado mediante el contacto físico y caricias. Con este tipo de cuidados y manejo el lactante adquirirá la confianza y la aceptación de sí mismo y hacia los demás.

Etapa II.- Autonomía vs. vergüenza y duda ( uno a cuatro años). Si el niño ha desarrollado un vínculo afectivo seguro y estable se atreverá a explorar su entorno con la confianza de sentirse querido, encaminará sus esfuerzos para lograr cierta independencia y al ir obteniendo ciertos logros personales se percibirá a sí mismo con un sentido de competencia para resolver situaciones nuevas. "Del año a los dos años y medio el niño desarrolla un conocimiento considerable acerca de sí mismo en lo que hace al mundo social, en relación a su género, sobre sus rasgos y características físicas, acerca de lo bueno y lo malo de él y lo relativo a que es capaz de hacer y que no" ( Lewis y Feinman, 1991 ob. cit. en Escamilla, 1996; pág. 59)

Etapa III.- Iniciativa vs. culpa (cuatro a cinco años). Para que su autoestima se vaya consolidando es importante que los padres alienten y apoyen cualquier iniciativa que tenga el niño independientemente de los resultados. Rodríguez (1985; pág. 36) considera que es más fácil que el niño se desarrolle en un ambiente flexible que le ponga límites, pero que le brinden respeto a su persona.

Etapa IV.- Industria vs. inferioridad (de los seis a los once años). Al ir alcanzando mayor control sobre su ambiente el niño se arriesga a manejar situaciones nuevas, manifiesta gran curiosidad, investiga, hace y deshace, es decir, surge en él el deseo de aprender más. Además si se le asignan tareas respetando las pautas de su desarrollo aprenderá a manejarse con responsabilidad, y conviviendo con otros niños y adultos será más eficaz en sus relaciones sociales y académicas.

Etapa V.- Identidad vs. confusión de roles (de los doce a los quince años). Con los cambios propios de la pubertad se llega a la adolescencia, el carácter es variable, la persona se cuestiona, se vuelve egoísta y solitaria. Esta etapa es también trascendental, se puede recuperar o fortalecer la autoestima mediante la comprensión, el respeto y el apoyo de los padres.

Se podría decir que la etapa de “confianza vs. desconfianza” abarca el periodo donde quedan cimentadas las bases para que se forme la autoestima y que en las subsiguientes etapas se va consolidando. Para encauzarla es relevante la confianza y seguridad que el adulto le pueda transmitir al niño a fin de que logre su independencia, aprenda acerca de sí mismo y de su importancia en el mundo (Berryman, 1991).

La autoestima del niño depende de la de la intensidad de los mensajes verbales y no verbales de amor ó desapego, de la forma en como se le trata cuando se le tiene en brazos, se le baña, se le viste, se le habla, se le alimenta, cuando se juega con él ó se le disciplina; del respeto de las pautas de crecimiento de cada niño, de la aceptación del niño tal y como es. Las personas que rodean al niño funcionan como “espejos” en los cuales se refleja y a los cinco años ha obtenido ya su primera estimación de su propio valor a raíz de los juicios emitidos por los adultos que hacen referencia al niño, por lo tanto un niño que ha acumulado una serie de creencias positivas respecto a sí mismo, actuará con mayor seguridad y reflejará un nivel elevado de autoestima (Corkille Briggs, 1996).

Coopersmith (1967) menciona que para que se forme la autoestima en los niños primero los padres deben aceptar total o parcialmente al niño; segundo, deben establecer límites claramente definidos y respetarlos; tercero, enseñar a los niños a actuar dentro de los límites permitidos, y cuarto, que haya cierta flexibilidad dentro de esos límites y que se permita llegar al dialogo ( ob. cit. en Oñate, 1989)

Por su parte, Clemes (1996) considera que la autoestima esta determinada básicamente por la calidad de las relaciones y los sentimientos que el niño tiene con las personas que le son significativas. Añade que para que la autoestima se constituya se requiere que el ser humano se desarrolle plenamente en los siguientes rubros: la vinculación, la singularidad, el poder y las pautas.

- Por vinculación entiende al grado de satisfacción que el niño logra al relacionarse con las personas que son importantes para él y que los demás reconocen como importantes.
- La singularidad hace referencia al conocimiento y respeto de las habilidades, cualidades o atributos que el niño posee y por los cuales espera la aprobación y aceptación de los demás.
- El poder hace alusión a la habilidad que adquiere el niño de sentirse capaz de modificar las circunstancias adversas a las que somete la vida buscando una solución.
- Las pautas las define como la escala de valores, objetivos, ideales o expectativas que se forma el niño mediante modelos humanos, filosóficos y los que aprende con la práctica.

Según Alcántara (1996) la autoestima comprende un proceso dinámico que se va constituyendo lentamente por tres elementos. Un componente cognitivo que se refiere a las ideas, opiniones, creencias y percepciones de uno mismo que se van codificando; un componente afectivo que hace referencia a los juicios de valor que se emiten de nuestras cualidades, y un componente conativo que implica el esfuerzo por alcanzar fama, honor y respeto ante los demás y ante uno mismo mediante un comportamiento coherente con las decisiones que se tomen.

En suma, el desarrollo de la autoestima es un proceso circular, es decir, si el niño se siente aceptado por sí mismo, si los adultos le apoyan lo mismo ante los éxitos que los fracasos, si recibe aprobación por su comportamiento podrá llegar a confiar en su propia capacidad y por ende incrementará su autoestima. En cambio si sucede todo lo contrario, evidentemente se presentarán algunos trastornos que se pueden manifestar a lo largo de la vida del ser humano como lo veremos a continuación.

## 2.4 Implicaciones en el desarrollo.

La autoestima como se ha podido apreciar tiene importancia capital para el buen ajuste psicológico y el funcionamiento eficaz del ser humano y quienes tienen niveles bajos de autoestima lo reflejan de una u otra manera.

Aquellos niños cuyos niveles de autoestima son bajos tienden a ser destructivos (Coopersmith, 1967 ob. cit. en Hamachek, 1981), manifiestan problemas de conducta (Shor y col., 1995), se angustian ante la realización de actividades escolares, deportivas, y en general en cualquier otra (Bee, 1978). La misma ansiedad es un factor que les impide poner atención y seguir instrucciones y esto se refleja en el bajo rendimiento y logro académico que manifiestan (Vega, 1990) (Durrant, Cunningham, y Voelker, 1990, Garg, 1992, Marsh y Craven, 1991 y Skaalvik, 1990)<sup>1</sup>, además se consideran incapaces y se sienten rechazados por sus compañeros (Zigler y Finn Stevenson, 1993)<sup>2</sup> y frecuentemente se deprimen (Battle, 1978, Rawson y Tabb, 1993, Stevenson y Roomney, 1984)<sup>3</sup>, se aíslan, se cohiben, son vulnerables a las críticas y tienden a ser temerosos (Coopersmith, 1967 ob. cit. en Gross, 1994).

En cambio los niños con alta autoestima poseen un punto de vista más real acerca de si mismos y de sus capacidades, confían en sus percepciones y juicios, disfrutan al realizar nuevas actividades y esperan tener éxito, influyen en los demás, se sienten libres de expresar sus opiniones y no se preocupan de manera inadecuada acerca de las críticas (ibid), tienden a aceptarse a si mismos, se sienten merecedores de acontecimientos favorables, y con la capacidad de alcanzar las metas que se fijen; (Cullinan, y col. 1983; Zigler y Finn-Stevenson, 1993 ob cit en Rawson y col., 1995).

---

<sup>1</sup> Ob. cit. en Rawson Ph. D: H: E: y Cassady J. C., 1995

<sup>2</sup> Ibid.

<sup>3</sup> Ibid

Manifiestan menos problemas, tales como la ansiedad (Weiten y Lloyd, 1994) y la depresión (Hammond y Romney, 1995), están menos dispuestos a mentir (Loowenstein, 1994), tienen niveles muy bajos de conductas delictivas (Kaplan, 1982; Rosenberg, Schooler y Shoenbach, 1989; Wells, 1989) y están menos expuestos al intento de suicidio (Overholser, Adams, Lehnert y Brinkman, 1995) y estas actitudes de acuerdo a Zigler y Finn Stevenson (1993) se desarrollan y consolidan durante la niñez intermedia (ob. cit. en Nassar-McMillan y Cashwell, 1997)

Las personas con alta autoestima tienden a destacar más sus éxitos que sus fracasos (Rhodewalh, Morf, Hazlett y Fairfield, 1991)<sup>4</sup> y son más asertivas ante situaciones de presión p. ej. dejar una buena impresión ante un público (Scheleker, Weigold y Hallan, 1990)<sup>5</sup> Además de que son más persuasivas (Rhodes y Wood, 1992 ob. cit. en Olson y Zanna, 1993).

Como se puede apreciar el nivel de autoestima repercute en el desarrollo psicológico. El trato que reciben los niños por parte de los adultos que los cuidan influye de igual manera; muestra de ello es que la mayoría de los sentimientos negativos y la frágil imagen que tienen los criminales son generados por la calidad de las relaciones establecidas durante la infancia (Zeiller, 1994).

En síntesis, un niño que no adquiera una base emocional durante los primeros años carecerá de confianza, manifestará ansiedad, dependencia, una sensación de incapacidad y dificultad para establecer relaciones con los demás. En la escuela pasará algo similar; evitará experiencias nuevas y el tomar decisiones, tendrá poca relación con su entorno y por ende se le dificultará su relación con maestros y compañeros, afectando así en gran parte su rendimiento escolar. Además, es probable que conforme vaya creciendo presente problemas serios de inmadurez, no sólo en la juventud sino también

---

<sup>4</sup> Ob. cit. en Banaji y Prentice, 1994

<sup>5</sup> Ibid.

en la fase adulta y madura.

Si bien es cierto que las primeras experiencias pueden lograr que el niño adquiera y fortalezca una autoestima positiva, del mismo modo la motivación es un factor que está estrechamente vinculado con ella y sobre ello hablaremos enseguida.

### 2.5 Autoestima y motivación.

Un individuo está motivado cuando siente deseo, anhelo, voluntad, ansia, carencia o necesidad (Rodríguez, 1985). Existe la motivación intrínseca que se identifica como un sentimiento de satisfacción en el ser humano tras realizar alguna actividad y la motivación extrínseca en donde se proporciona una recompensa o cosas materiales después de realizar la actividad. Sin embargo, cabe mencionar que la atención y el reconocimiento verbal (elogios) ó no verbal (miradas) tienen mayor efecto que cualquier otro premio material (Castanyer, M. S. O., 1997).

La motivación intrínseca juega un papel muy importante en el rendimiento y aprendizaje académico, en los sentimientos de competencia y en la percepción de las causas del éxito o fracaso escolar (Dweck y Elliot, 1983; Grolnick y Ryan, 1987; Harter y Connel, 1984 ob cit. en Ginsburg G. S. y Broenstein P., 1993 ). Asimismo, Kohnstamm (1991) considera que las experiencias de éxito son las que transmiten al niño el sentimiento de competencia y le motivan para seguir actuando; el éxito en la escuela también se relaciona con una autoestima elevada (Eintwisle, Alexander, Pallas y Cadigan, 1987 ob. cit. en Rice, 1997) y se considera que la misma competencia influye de manera creciente en la autoestima ( Waters y Sroufe, 1983 ob cit en Rice, 1997).

Un estudio realizado por Coopersmith (1967 ob. cit. en Franken, 1982) encontró que la gente con alta autoestima tiende a ser más emprendedora ante los problemas, se sienten más competentes, tienen mayor curiosidad y se encuentran intrínsecamente motivados. Por lo tanto es pertinente que tanto padres como maestros desarrollen en los niños la motivación intrínseca y no la motivación extrínseca.

Bruno (1995) denomina a “ la disposición motivacional más o menos estable expresada en conductas tales como la terminación de las tareas, el alcance de objetivos y el establecimiento de un nivel alto de aspiración” como “necesidad de logro” (pag. 260).

Rappoport (1986, ob. cit. en Rodríguez, 1985) considera que el logro ocupa un lugar muy relevante en el autoconcepto, entendiendo por logro al hecho de que un sujeto realice una actividad sin ayuda pero con el propósito de inducir un reforzamiento positivo a partir de la capacidad que demuestre en dicha actividad (Parke, 1969 ob. cit. en Rodríguez, 1985).

Puede apreciarse que el sólo hecho de que un niño realice una actividad sin ayuda le permite intuir sobre su capacidad y las apreciaciones que obtenga sobre sus habilidades en las diferentes áreas de su vida le impulsarán o reprimirán su iniciativa y creatividad. Por lo tanto, es de suma importancia que los adultos reconozcan los esfuerzos del niño encaminados a llegar a realizar algo por mérito propio; la respuesta que tienen los demás a las primeras aspiraciones del niño determinan el nivel de motivación (condición necesaria para el logro) y el sentido de competencia (factor que influye en el nivel de autoestima), y a mayor competencia mayor autoestima.

Al ingresar el niño a la escuela su nivel de aspiración depende más de los estímulos proporcionados por los padres y maestros que por el propio mérito de querer aprender. Aunque el preescolar en un inicio recibe un trato

aún maternal y predominan los éxitos al ingresar a la primaria el grado de dificultad de los contenidos académicos se incrementa y el niño experimenta la sensación de fracaso con mayor frecuencia.

Dichas experiencias no tienen mucha importancia ante los ojos del niño, a menos que se repitan y el padre le recrimine constantemente por su bajo rendimiento, “más peligrosos son estos fracasos a partir de los 8 ó 9 años, periodo en el que el nacimiento del sí y del propio poder pudiera verse dañado”(Moraleda, 1995 pág. 163). Además, se debe tener presente que ante la crítica el niño reprendido sentirá miedo de cometer errores, se sentirá rechazado, amenazado e impotente (Field, 1995) razón por la cual conviene exigirle al niño de acuerdo a sus capacidades y brindar un apoyo incondicional. Dado que los adultos son quienes consciente o inconscientemente transmiten a los niños valores, normas y actitudes ante las diferentes situaciones de la vida, en el siguiente capítulo se expondrá la manera en cómo influyen en el desarrollo de su personalidad y su autoestima, sin olvidar al maestro y a sus compañeros en el ámbito escolar.

*“El sentirse devaluado o indeseable es,  
en la mayoría de los casos, la base de los  
problemas humanos”.*

*Carl Rogers*

## CAPÍTULO III

### RELACIONES CON LOS ADULTOS Y LOS PARES EN LA INFANCIA

Diariamente un sin fin de personas habrán de influir en el desarrollo biopsicosocial del niño, ya que desde su nacimiento interactúa con su medio y con la gente que le rodea. Las reacciones y los juicios emitidos hacia los niños y las experiencias de éxito ó fracaso en la relación con los demás, desarrollarán seguridad y confianza en sí mismos y ello se verá reflejado en los niveles de autoestima alcanzados.

Aunque básicamente se considera que la familia es la encargada del cuidado y de la educación del niño, del mismo modo la escuela influye en el proceso de socialización. Al relacionarse con adultos que no son sus padres y con otros niños en el ámbito escolar, afirmará ó cambiará la opinión que tenía de sí mismo con respecto a su físico, sus habilidades cognitivas, sus destrezas, sus sentimientos, etc. Sin embargo, las primeras relaciones despiertan en el niño actitudes y valores que perdurarán el resto de su vida. De hecho cuando el niño haya crecido regirá su comportamiento de acuerdo a lo que recuerde de sus vivencias y una vez que consolide las bases de su personalidad las cambiará con cierta dificultad.

#### 3.1 Importancia de la relación madre e hijo.

El sexo, el grado de actividad y el estado de salud del niño, así como el nivel sociocultural y la actitud de la madre ante el embarazo son algunos de los factores que influyen en el vínculo que se establece entre ambos. Sin embargo, durante los primeros años el niño depende básicamente del cuidado que se le proporcione.

Poco a poco el niño distingue quién es la persona que le satisface sus necesidades fisiológicas, quién le brinda calor confortante al abrazarle, quién le acaricia y le habla de un modo especial, y además juega con él. Día a día la relación afectiva y de dependencia que establece con la madre o con quién pase más tiempo con él se refuerza con la interacción recíproca.

El primer vínculo afectivo o “apego” juega un papel importante en la formación de la autoestima y si bien no es el tema central de éste trabajo conviene aclarar algunos aspectos.

Maccoby (1980) define a dicho vínculo “como una liga emocional relativamente duradera de una persona específica”, que es más intensa entre los 12 y 18 meses y declina gradualmente a los 24 meses (ob. cit en Gross, 1994; pág. 538). Según Rutter (1981) “la meta de la vinculación es la desvinculación pero, para que esto suceda los lazos deben ser seguros” (ob cit. en Gross, 1994).

Delval (1994) señala que “el establecimiento de la primera relación tiene una enorme importancia para las relaciones sociales posteriores y también para el desarrollo intelectual del niño”. De alguna manera el niño conector de una base emocional estable aumenta la exploración, la curiosidad, la solución de problemas, el juego y las relaciones con otros compañeros (pág. 199).

Se deduce entonces que la figura materna biológica, adoptiva u otro adulto que substituya dicha función, debe de satisfacer las necesidades fisiológicas del niño, además de la necesidad de afecto. De este modo si el niño esta satisfecho con la relación será capaz de desarrollar sus capacidades y encontrará placer al hacer las cosas por si mismo, surgirá el sentido de confianza y seguridad que coadyuvan para lograr la independencia y la estabilidad emocional.

Aunque por lo común se tiende a creer que el niño está influenciado básicamente por su madre (o por quién sustituya la figura materna), el niño también llega a distinguir a su padre (figura paterna) de entre las personas que le rodean y sobre dicha relación hablaremos más extensamente enseguida.

### 3.2 Relación padre e hijo.

Por tradición se considera que la crianza del niño es responsabilidad exclusiva de la mujer y el hombre está encargado de ganar el sustento de la familia, sin embargo actualmente con mayor frecuencia las madres se integran a la fuerza laboral acarreado consigo cambios en los roles dentro de la sociedad. Además, un mayor número de padres quedan involucrados en el cuidado y la educación de sus hijos después de un divorcio.

No obstante, Raschke y Raschke (1979) señalan que en donde uno de los progenitores queda al frente de la crianza y educación de los niños no tienen porque propiciar vidas rotas o desajustadas, para lograr el bienestar psicológico y social del niño lo que es importante es la calidad de la vida familiar (ob. cit. en Oñate, 1989).

Parke (1981 ob. cit. en Delval, 1994) pone de manifiesto que no existe realmente alguna limitante de tipo biológico que pudiese diferenciar el papel del padre del de la madre, sino más bien el trato que le dan a los niños es distinto. Estudios realizados por Parke y Sawim (1976 ob. cit. en Delval, 1994) indican que los padres son tan capaces de alimentar a sus hijos como las madres, a pesar de que se sientan incompetentes, pues el padre también es sensible a sus deseos, llantos y necesidades de crecimiento (Esterbrook y Goldberg, 1984, Parke, 1981 ob. cit. en Craig, 1997).

Pedersen, Rubenstein y Yarrow (1979 ob. cit. en Parke, 1986) consideran que si el niño es varón, la calidad de la relación con el padre contribuye para a que le tomen en brazos adultos que no son de la familia y juega más con otros bebés. Según Brazelton (1979 ob. cit. en Parke, 1986.) “cuando el padre juega con el niño éste mantiene los ojos más abiertos, es más juguetón y se manifiesta más alegre; el juego de la madre en cambio es más didáctico y utiliza más los objetos, mientras que el juego del padre es más vigoroso y estimulante”(pág. 218).

Ahora bien, el niño aprende a desempeñar su rol sexual y aceptar su sexualidad al estar en contacto con figuras correspondientes a su sexo, de hecho las figuras parentales y maternas a quienes aprecia y con las que se siente unido por un vínculo afectivo le permiten aprender el comportamiento correspondiente a cada género. Además los adultos eligen de acuerdo al sexo del infante diferentes clases de juguetes y les animan ó desaniman a jugar bajo los mismos criterios (Parke, 1986 pág. 106).

Asimismo, se considera que “los padres que están emocionalmente cerca de sus hijos, en relaciones cariñosas por largos periodos de tiempo, ejercen más influencia que las que pueden tener quienes están emocionalmente alejados y que se relacionan menos a menudo con sus hijos” (Rusel y Russell, 1987 ob. cit. en Rice, 1997 pág. 270).

Lo anterior se refleja con los resultados obtenidos por el Instituto Nacional de la Familia en los E. U. A. que señala que los padres pasan 14.5 minutos al día comunicándose con sus hijos, y que de ése tiempo 12.5 minutos son dedicados a corregir y a criticar empleando generalmente palabras despectivas que devalúan significativamente la estima de los niños y que el contenido emocional puede llegar a repercutir a lo largo de su vida (ob. cit. en Amundson, 1991).

Esto nos conduce a reflexionar sobre las consecuencias que pueda tener el tipo de relación que se tenga con los niños así como lo que esto implica en su desarrollo. Por tal motivo enseguida abordaremos las distintas formas de crianza que regularmente se utilizan.

### 3.3 Estilos de crianza

Baumrind (1980 ob. cit. en Escamilla, 1996) clasifica a los padres de acuerdo a los patrones que siguen al tratar a sus hijos en tres tipos.

**Padres democráticos** son quienes ponen límites a la conducta de los niños explicando las razones que hay detrás de ellos. Hacen cumplir sus órdenes con firmeza y congruencia, toman en cuenta sus necesidades, combinan un estrecho control con cordialidad, receptividad, aceptación, lo animan a explorar su entorno y le brindan estímulo creciente de autonomía lo que permite que el niño se sienta seguro de sí mismo y con gran autocontrol.

**Padres autoritarios** tienden a establecer una serie de prohibiciones y reglas rígidas que limitan la autonomía del niño para ensayar nuevas formas de conducta. De ahí que los niños sean introvertidos, temerosos, inseguros y muestren poca independencia e irritabilidad, que con el paso del tiempo los vuelve agresivos y rebeldes. En el caso de las niñas es posible que permanezcan pasivas y dependientes, pues en nuestra cultura se promueve más la independencia en el hombre.

**Padres permisivos** le manifiestan un cariño incondicional a sus hijos y hay pocas o nulas restricciones; "no ponen límites a sus hijos porque sencillamente no les interesan o por no tener tiempo, o porque sus propias

vidas son tan tensionales que no tienen la suficiente energía para dirigir a sus hijos” (Maccoby, 1983 ob. cit. en Escamilla, 1996. pág. 52). Los hijos de padres permisivos crecen con la idea que no hay normas obligatorias y que en caso de que existan no es malo violarlas, pueden desarrollar cierta hostilidad, ser autoindulgentes, impulsivos o inadaptados socialmente, sin embargo también pueden ser activos, con empuje y creativos.

Tierno y Escaja (1994 ob. cit. en Llanes, 1996) consideran que por la manera en que emplean la autoridad los padres se pueden distinguir en:

**Padres posesivos.** En su deseo de protegerlos toman la iniciativa por ellos, les evitan experiencias dolorosas y procuran que disfruten de todo cuanto ellos no tuvieron en su infancia. Sin embargo, con dicha actitud los padres fomentan la dependencia en el niño, quién ante situaciones nuevas es incapaz de tomar decisiones y esto les produce sentimientos de inseguridad e incompetencia.

**Padres neuróticos.** Son personas que tienden a ser perfeccionistas e inflexibles; son obsesivo-compulsivos con el orden, la limpieza, los convencionalismos sociales. Manifiestan momentos de depresión, derrota, angustia, etc.; sus desajustes y su malhumor lo reflejan molestando a los niños, como si el sufrimiento ajeno les proporcionará satisfacción. Desafortunadamente en estos casos los niños al utilizar como modelos a sus padres incorporan parcial o totalmente dichas pautas de comportamiento.

**Padres autoritarios.** Independientemente de las necesidades afectivas del niño les imponen sus criterios, tal sometimiento les inspira a los niños miedo y ansiedad lo que a su vez llega a generar extrema timidez, agresividad contenida, frustración, y reprime cualquier iniciativa.

**Padres permisivos.** Son aquellos que transigen en la educación de sus

hijos en su afán de llevar una relación amistosa que no les complique la vida. Los niños se guían por sus motivaciones “hedonistas” de ahí que sus esfuerzos por lograr algo sean mínimos, son desordenados, inseguros y difícilmente se someten a las normas establecidas.

**Padres violentos.** Es común que ellos hayan tenido durante su infancia padres despóticos que emplearon la fuerza física y la agresión emocional repiten este patrón con sus propios hijos. Como consecuencia los niños suelen ser retraídos, difícilmente expresan sus sentimientos ante extraños aunque descen manifestaciones de afecto.

**Padres legalistas.** Es algo parecido a los padres autoritarios, sin embargo la seguridad se obtiene al apearse estrictamente a las normas.

**Padres razonables.** Su actitud es básicamente de comprensión y aceptación al niño tal y como es, la relación es empática, dialogan con él niño exponiendo las razones y no sometiéndolos por la fuerza, respetan su intimidad, le ayudan a hacerse responsable de sus actos y sus consecuencias, fomentan la independencia, le demuestran su afecto, y tal actitud proporciona al niño seguridad, confianza, e incrementa su autoestima.

Como podemos apreciar la relación con los padres influye durante los primeros años en las ideas que el niño va consolidando acerca de sí mismo, sin embargo, el proceso de socialización del niño no sólo se lleva a cabo dentro del contexto familiar, sino también en el ámbito escolar y “en la interacción recíproca padre-hijo, cada uno influye y modifica la conducta del otro en un proceso social intenso” (Stryker, 1980 ob. cit. en Rice, 1997 pág. 269).

### 3.4 Relaciones con los pares y maestros.

El ingreso a la escuela implica cambios en el entorno del niño ya que entra en contacto con el personal docente y con otros niños. En algunos niños la experiencia resulta difícil debido a que aún mantienen un vínculo muy fuerte con la madre, al grado de manifestar temporalmente conductas como el llanto, gritos, cólera, etc. En otras ocasiones se originan descargas de tono muscular, y crisis más graves que desencadenan verdaderas fobias y obsesiones ante el sólo hecho de regresar a la escuela pero afortunadamente en la mayoría de los casos los niños se adaptan con el paso del tiempo.

Los primeros contactos que tiene con otros niños contribuyen para que el niño aprenda habilidades necesarias para interrelacionarse y desarrollar una sensibilidad para comprender a los demás. Los primeros grupitos de dos y cinco niños generalmente surgen durante el recreo con niños que resultan simpáticos o que son conocidos, por lo que la estructura de estos grupo es aún inestable. A ellos les resulta más fácil el integrarse a grupos de niños con diferentes edades fuera del salón, en donde hay un líder y las funciones están divididas (Moraleda, 1995).

En el periodo de los ocho a los diez años aproximadamente se reúnen con niños de su misma edad que comparten ciertas afinidades. En el momento en que en el niño se genera una actitud crítica ante los valores, el rendimiento académico y los éxitos de los compañeros adquieren status de acuerdo a la actividad en la que sobresalgan, se subordinan a un líder quien goza de la admiración de los demás. Los niños experimentan la ansiedad de ser rechazados, ante las relaciones de reciprocidad se percatan de sus limitaciones ó capacidades y el concepto que tenían hasta ese momento se afirma o se modifica.

De acuerdo a Rice (1997) de los 2 a los 7 años los niños buscan la

compañía de los otros independientemente de su sexo, en tanto que los de 8 a 12 años prefieren jugar con los de su mismo sexo buscando amistad y compañía.

Como se ha señalado anteriormente el proceso de socialización del niño empieza con la familia sin embargo, aspectos como la independencia, el deseo de cooperar y convivir, el sentido de apoyo y pertenencia, las conductas de acuerdo a las normas sociales a las que tiene que adaptarse, la confianza en sí mismo y la curiosidad intelectual pueden llegar a favorecerse en el ámbito escolar.

Para empezar “el maestro tiene una gran influencia en las actitudes que los estudiantes se forman con respecto a sí mismos, en especial en lo que tiene que ver con el hecho de ser capaces de pensar, responder, preguntar y resolver problemas” (Serrano, 1981 ob. cit. en Oñate, 1989 pág. 34). Las expectativas del profesor sobre la capacidad del alumno influyen en las expectativas del niño acerca de su desempeño futuro (Wittrock, 1986 ob. cit. en Castejón, Navas y Sampascual, 1993).

Rubio (1986) señala una correlación positiva entre autoimagen y rendimiento académico. Mientras que Vega (1990), Durrant, Cunningham y Voelker (1990), Garg (1992) Marsh y Craven (1991), indican una correlación positiva entre logro académico y la autoestima (ob. cit en Rawson Ph. D. y Cassady J. C., 1995).

Como podemos apreciar el lugar y el nivel de aceptación que tenga un niño en su grupo ó ante sus compañeros generalmente va a estar determinado por factores como la inteligencia, las calificaciones escolares, la imagen “atractiva”, la simpatía entre otras cosas. Pero básicamente lo que el niño escucha y percibe acerca de su apariencia física, sus habilidades sociales y su desempeño académico, así como el trato que recibe de las personas que son

significativas para él, contribuyen a engrandecer o empobrecer la autoimagen, el autoconcepto y la autoestima que se vaya forjando.

Ahora bien, teniendo en cuenta que el Centro Nacional de Autoestima de los E. U. (1987 ob. cit. Amundson, 1991) indica que los niveles de autoestima decremantan en los estudiantes conformen pasan a grados superiores, y dado que desde que nace el niño se encuentra bajo los cuidados de un adulto parece evidente la influencia que tienen en el desarrollo de su personalidad y su adaptación social. Por lo tanto en el siguiente capítulo se plantearán algunas sugerencias para los adultos interesados en ayudar a los niños a conseguir y a fortalecer su autoestima.

*Nos moldean y vuelven a moldear quienes nos han amado; y aunque el amor pueda irse, somos sin embargo su obra para bien o para mal.*

*François Mauriac*

## CAPÍTULO IV

### ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA AUTOESTIMA POSITIVA EN LA INFANCIA

El hombre en el momento de su nacimiento es como un proyecto que necesita irse construyendo poco a poco, a lo largo de toda su vida. Tratar de formar seres humanos emprendedores, seguros y con recursos para superar las vicisitudes de la vida implica un compromiso y un gran reto para todos aquellos que tienen bajo su responsabilidad el cuidado y la educación de un niño.

Sin olvidar la influencia que tiene el ámbito escolar y social, en general los adultos día a día consciente e inconscientemente contribuyen en el desarrollo de la autoestima en el niño. Es por eso que se debe de aprovechar la receptividad del niño en esta etapa de aprendizaje y ofrecerle una base afectiva y la oportunidad de aumentar sus habilidades en la medida de sus posibilidades para que se sienta competente, con un sentido de confianza, seguridad e independencia.

Con la información que el niño recibe a través de todos sus sentidos los niños perciben lo que acontece a su alrededor, aprenden de las experiencias a las que están sometidos, van combinando los rasgos de conducta y personalidad de aquellos con quienes tiene mayor contacto y aprende a sentir de acuerdo con el trato que haya recibido. De esta manera va formando gradualmente su propia autoimagen, autoconcepto y autoestima, y una vez que se consoliden será difícil que se puedan revocar.

Por lo tanto es necesario plantear y reconocer algunos aspectos que puedan al menos propiciar el desarrollo de una autoestima con tendencia a un nivel alto, razón por la cual en este trabajo es pertinente señalar algunas sugerencias para el desarrollo de la autoestima en los niños.

#### 4.1 Sugerencias dirigidas a los adultos para promover la autoestima en los niños.

A un niño no se le debe considerar como un adulto “chiquito”, ni mucho menos como alguien que por factores hereditarios manifiesta problemas de conducta o trae consigo tendencias malsanas. Se le debe brindar atención, afecto y aceptación, evitando prejuicios de cualquier índole, pues de entrada se estará anteponiendo una serie de predisposiciones que afectarán la relación con el niño.

Padres, maestros y directores son quienes pasan un tiempo prolongado cerca del niño y por su mismo status social, cultural y/o educativo tienen una gran influencia en su personalidad, sirven de modelos y los niños los perciben con la capacidad de otorgar recompensas ó castigos. Por consiguiente conviene que los adultos manifiesten que disfrutan de poder compartir con ellos no sólo conocimientos, sino también respeto, afecto, comunicación y tiempo, ya que la calidad de la relación puede contribuir para que desarrolle su autoestima.

Teniendo en cuenta lo anterior a continuación se plantean algunos lineamientos que los adultos podrían aplicar para fomentar la autoestima con una tendencia positiva tanto en el hogar como en la escuela, sin pretender que esto sea como un recetario pues cada niño es diferente y es agente activo dentro del mismo proceso de socialización. Se han clasificado de acuerdo a la población a las que podrían ser aplicadas, es decir, primero se mencionarán los que se contemplan para los niños en edad preescolar, después para los niños en edad escolar y por último aquellos que se pueden considerar de manera general durante la etapa de la niñez.

#### 4.1.1 Lineamientos dirigidos a padres para encauzar la autoestima en niños en edad preescolar (3 a 6 años).

Amundson (1991) señala que los niños menores de 6 años disfrutan cuando logran realizar por mérito propio y valoran más las habilidades físicas tales como sentarse o manejar bicicleta por lo cual es conveniente acrecentar sus destrezas físicas; aprovechar que las que aprenda y las pueda llevar a la práctica y que los padres tengan en cuenta los siguientes aspectos.

- Decirle al niño que se le quiere, aunque no se comporte como se desea.
- Dedicar un tiempo para hablar y escuchar al niño haciéndole saber que es importante cuanto piense, sienta o le suceda.
- Indicarle claramente que su comportamiento será aceptado sólo si se encuentra dentro de los límites que se le señale, procurando no reparar en las conductas inadecuadas pues con ello le harán creer al niño que es también una forma de lograr la atención.
- Elogiar al niño cuando manifieste conductas aceptables, aún estando en público. Cuando sea necesario reprenderlo es mejor hacerlo en privado, especificando claramente el comportamiento sin emitir juicios ni sarcasmos para que entienda que se rechaza la conducta y no a él.
- Reconocer cualquier esfuerzo o iniciativa para lograr algo por mérito propio.
- Ofrecer al niño alternativas en las que decida que prefiere, de ése modo irá tomando sus primeras decisiones y más tarde lo podrá aplicar a su vida.

- Jugar y trabajar con el niño para que desarrolle habilidades físicas con distintos grados de coordinación.

Como podemos apreciar los puntos que señala parecen claros, sin embargo se deja al libre albedrío los parámetros que se deben utilizar para establecer los límites y lo que se entiende por “conductas aceptables”. Además conviene destacar que en la educación de los niños es importante la constancia de los padres y que eviten el regirse por sus estados de ánimo.

Del mismo modo, procurar que los mensajes verbales enviados al niño sean coherentes con el no verbal ó gestual, ya que no es lo mismo decirle al niño que se le quiere con un rostro indiferente y un tono de voz áspero, que decirle “te quiero” con un rostro cuya expresión sea amigable, acompañado de un beso y un abrazo. La necesidad de caricias que tiene un niño es una parte muy importante en su desarrollo físico y mental pues infiere información sobre sus aptitudes y cualidades, p. ej. cuando se le escucha sin censura se le hace sentir la confianza de poder expresar sus sentimientos, opiniones e ideas sin ningún temor.

Cabe agregar que las expresiones de caricias positivas van desde un simple “hola”, un abrazo, un beso, un cumplido, etc., contrario a ellas están las caricias negativas, tales como hacer al niño objeto de burlas y humillaciones, ridiculizarlo, marginarlo, maltratarlo física, emocional ó sexualmente con mensajes negativos que dañan su autoestima. En el caso de las “etiquetas” que aluden a alguna “falla” encontrada en el comportamiento ó algún rasgo físico del niño se podría evitar si al dirigirse al niño se procura descartar del vocabulario adjetivos ó sustantivos tales como “tonto, borrego, lento, burro, sucio, etc.” que lo único que provocan es devaluar la imagen e integridad del niño.

#### 4.1.2 Lineamientos dirigidos a padres para encauzar la autoestima en niños en edad escolar (6 a 12 años)

En este período se valora más el desarrollo de las habilidades académicas, sociales y físicas (Amundson, 1991 ). Razón por la cuál es conveniente alentar al niño para que se integre a grupos en donde haya otros niños de su misma edad p. ej los scouts, grupos musicales, etc. en donde pueda desarrollar nuevas habilidades que sean de su agrado (no las que sean del agrado de sus padres) y se le brinde apoyo independientemente de lo que él elija. Se considera que los niños que tienen un “hobby” se manejan mejor en la escuela y ello coadyuva para fomentar la autoestima positiva (Kalliopuska, 1989). A continuación se plantean algunas sugerencias que podrían ser retomadas por los padres.

- Apoyar al niño en las relaciones con sus amigos y hacerle saber que puede invitarlos a su casa.
- No asignarle tareas que impliquen mucha responsabilidad.
- Ayudar al niño a recordar sus logros alcanzados, exhibiendo fotografías colocadas en lugares visibles por ejemplo sobre la puerta del refrigerador, en cuadros, etc., o bien coleccionando lo mejor de su trabajo en un álbum.

Desafortunadamente en nuestro país no está al alcance de muchos el darle una actividad extraescolar al niño ni el poder invitar a sus amigos, por lo que una alternativa podría ser el que al menos se organizarán los padres a nivel de cuadra ó colonia y fijar un horario para que los niños realizarán alguna actividad al aire libre e inclusive actividades en donde contribuyeran para mantener limpio el lugar, brinden cuidado a las áreas verdes, etc. Lo importante es que el niño perciba que se le dedica atención y cuidado.

Ahora bien, es recomendable asignar tareas en casa ó en la escuela pero cuidando que el niño realmente las pueda ejecutar ya que a veces los adultos no se percatan del grado de dificultad que implica para el niño, porque lo saben hacer. Hay que aprender a ser muy observadores para detectar cuando realmente necesita ayuda, enseñarle con paciencia y darle la aprobación cuando lo haya realizado; el mencionarle que es “algo fácil” no le ayuda y si le puede generar angustia e inseguridad. Además, casi siempre se destaca lo que el niño no puede hacer, sin embargo se obtienen mejores resultados si se enfatiza lo que ha logrado independientemente de los intentos fallidos.

Como se ha señalado anteriormente las bases de la autoestima quedan cimentadas por lo regular en el ámbito familiar, sin embargo el maestro también influye y es corresponsable del desarrollo del niño y de su autoestima. Por tal motivo a continuación se indican algunos aspectos que puedan servirle de marco de referencia.

#### 4.1.3 Lineamientos dirigidos a maestros para fomentar la autoestima en sus alumnos.

La escuela es un lugar donde los niños pasan gran cantidad de tiempo, es de suponerse que la manera en como se de la interacción entre el niño y el maestro determinará no sólo el éxito en la cuestión pedagógica sino también en lo que respecta a promover la autoestima positiva durante este periodo.

En ámbito escolar el niño confirma o modifica lo que haya aprendido acerca de sí mismo, de su entorno social y el rol que desempeña. Es por ello que el maestro debe prestar mayor atención en el papel que desempeña en el desarrollo socioafectivo de sus alumnos y para lo cuál conviene que tenga en cuenta los siguientes aspectos

- Mantener altas expectativas con todos los estudiantes, y aceptar al niño tal y como es. Las expectativas que se tienen de los niños es de suma importancia en su desempeño académico (Niwa, 1988).
- No forzar a los niños a levantar la mano cuando tengan dudas sobre el tema expuesto pues esto da pie a la crítica de sus compañeros. Es mejor que la maestra camine por el salón preguntando a cada alumno si necesita ayuda u otra explicación, a la vez que le indica que es correcto preguntar cuando se nos dificulta entender algo.
- Elogiar los esfuerzos y logros de los estudiantes, sobre todos de aquellos que manifiestan niveles bajos de autoestima. Procurando ser específicos en los mensajes emitidos, por ejemplo “me agrada que cumplas con tu tarea” y no “eres un gran niño”.
- Utilizar técnicas de enseñanza que faciliten desarrollar un sentido de logro, por ejemplo preguntar una o dos veces antes de comenzar la clase sobre la lección anterior con el fin de que los estudiantes perciban que están teniendo progresos.
- No hablar de fracaso sino más bien de un problema o tropiezo indicándole que cada experiencia es una oportunidad para aprender y crecer. Se agregaría que lo importante es evitar la sensación de fracaso como algo fijo, que es un buen momento para alentarlo y para hablar sobre persistencia.
- Establecer límites bien definidos y realizar actividades por equipo para fomentar la cooperación.

- Ofrecer oportunidades para que los alumnos tomen iniciativa y practiquen su autonomía.
- Ayudarles a evaluar su propio trabajo pidiendo que identifiquen que es lo que les gustó más o que es lo mejor de su trabajo.
- Realizar exposiciones de los mejores trabajos permitiendo que ellos elijan con el que quieran participar.
- Enseñar a los alumnos a plantearse metas por alcanzar y a desglosarlas en objetivos más pequeños, proporcionando incentivos cada vez que logren algo y así se sigan esforzando.
- Telefonar o escribir a los padres para hacer comentarios positivos de los alumnos, fijándose un número de contactos con los padres por semana.
- Enseñar a los alumnos estrategias para realizar sus tareas; ya que al aprender, renuevan el sentido de éxito.
- Destacar los valores de los grupos minoritarios o étnicos. Se considera pertinente no ridiculizar ni a la familia, ni a las pertenencias, raza ó religión, etc del niño, pues están vinculados a él y se puede llegar a afectar su autoestima (Clemes, 1996).
- Considerando que los niños pequeños imitan a los mayores es conveniente alentarlos a que se relacionen con alumnos de otros grupos que sean mayores que él y que hayan sobresalido en alguna área.

- Que los maestros posean un sentimiento de autoestima y sean modelos para sus alumnos.

En general se puede decir que las pautas señaladas no son excluyentes, así que es recomendable aplicarlas en todos los niños puesto que la formación de la autoestima es como una espiral; las experiencias tempranas, el trato recibido en primera instancia y la manera en como el niño lo elabora le sirven de base para el siguiente período (la pubertad). Ahora bien los **directores** pueden respaldar los programas ó talleres que se implementen en el ámbito escolar teniendo en cuenta los siguientes aspectos.

- Manifestar que todos los estudiantes tienen la capacidad de obtener logros académicos y que se espera que sean alumnos de éxito.
- Aclarar los derechos que tienen los estudiantes y las áreas a las que tienen acceso.
- Elaborar programas para el personal escolar que permitan mantener la autoestima en los alumnos.
- Dentro de las actividades que se realicen en la escuela instituir incentivos para desarrollar el sentido de competencia en el arte, el estudio o el deporte, así como actividades extraescolares en dónde participen todos los niños p. ej. festivales, kermesse, etc.
- Crear una comisión de estudiantes que colaboren para crear el reglamento interno de los estudiantes e inspeccionen el trabajo de los maestros.

- Proporcionar programas dirigidos a padres que incluyan información sobre el desarrollo del niño y técnicas para disciplinar y fomentar la autoestima.

Como se puede apreciar las pautas señaladas dejan entrever la importancia que tiene el hecho de que el niño perciba que se le toma en cuenta, que se le respeta y que se le marcan límites para que se maneje con mayor seguridad. El impulsarlos día a día a confiar en sí mismos y en su capacidad es realmente una tarea que requiere de tiempo, paciencia y verdadera convicción.

Aunque las sugerencias que se han expuesto van dirigidas especialmente a padres, maestros y directores es importante que las conozcan y tengan en cuenta todos los adultos, pues de alguna manera siempre se estará expuesto a interactuar con un niño y que mejor si sabe como adaptarse a su comportamiento. Para complementar la información señalada anteriormente, a continuación se plantean otros elementos que podrían ser de gran utilidad para fomentar la autoestima independientemente de la edad de los niños.

- Dar prioridad a las necesidades de pareja ya que “los hogares que giran alrededor de los niños no producen ni matrimonios felices, ni hijos felices”.
- Se aconseja establecer directrices y límites a los niños de manera constructiva, p. ej. “Haz esto” en vez de “No hagas aquello”.
- Es conveniente enseñarles a los niños valores y modales básicos, de preferencia los padres deben servir de modelo y procurar que traten a los demás con amabilidad, respeto y honestidad.
- Una muestra de respeto mutuo se da si padres e hijos piden las cosas por favor, dan las gracias y ofrecen disculpas cuando se cometen errores.

- Escuchar a los niños con atención poniendo a un lado creencias y sentimientos, tratando de entender el punto de vista del pequeño.
- Servirles de guía, pero no obligarlos a que compartan las opiniones de los adultos.

Permitir que gradualmente gocen de mayor libertad y control sobre sus vidas. “Un padre dijo: una vez que tus hijos tengan la edad suficiente, desaparece poco a poco del escenario, pero permanece siempre cerca para cuando te necesiten”.

- Los comentarios y la presión de otros adultos podrían facilitar o hacer más difícil la educación de los niños, por lo que es conveniente estar consciente de cometer errores (Instituto Nacional de la Salud Mental en Estados Unidos ob. cit. Palladino, 1992, pág. 37).

Cabe señalar que es importante que los padres se pongan de acuerdo sobre los límites, normas y valores que desean para sus hijos para evitar una educación confusa y ambigua. Del mismo modo, queda entendido que los padres deben preparar al niño para integrarse a la sociedad sin dejar a un lado la calidad de la relación de pareja y la posibilidad de equivocarse, más no por eso olvidar la responsabilidad que implica la educación de un niño. Por otro lado son muy pocos los adultos que tienen la capacidad de reconocer sus errores y se atreven a ofrecer una disculpa ante un niño, esto generalmente a que temen perder autoridad y respeto.

Como se puede observar, nunca estará de más la información que puedan tener los padres y futuros padres sobre el trato que deben recibir los niños para procurar su autoestima. Por lo que a continuación se plantearán otros factores que rescata Weinhaus (1994).

- El niño necesita atención para sentirse realizado y bien consigo mismo, aún ante los hechos más simples y cotidianos. Conviene dejar de subestimar al niño y compartir con él alegrías ó penas, aflicciones ó cualquier otro sentimiento (Clemes, 1996)
- Se debe demostrar al niño que es un placer estar con él, aceptarle tal y como es y brindarle caricias positivas físicas y verbales.
- Agradecerle su participación cuando nos ayude a realizar algo, aunque su comportamiento global no haya sido del todo satisfactorio.
- Destacar y elogiar los logros, talentos y habilidades adquiridas recientemente y recordar las pasadas ante situaciones adversas a fin de despertar la sensación de orgullo lo cual le motivará para creer en sí mismo.
- En vez de empeñarse en que el niño comprenda lo que se le esta diciendo, esforzarse para comprender lo que él quiere decirnos. Ante una contrariedad debemos aclarar el sentimiento que le produce y relacionarlo con lo acontecido, p. ej. ¿estas enfadado? (sentimiento) ¿por qué te ganaron? (suceso).
- Los consejos y correcciones deben ir disminuyendo conforme el niño demuestre mayor independencia.

Cabe señalar que las sugerencias de la mayoría de los autores enfocan sus sugerencias a partir de lo que se considera un comportamiento adecuado frente a la conducta del niño, sin embargo Weinhaus (1994) destaca la conducta del niño como la parte principal en la relación adulto-niño, aunque lo ideal sería que fuera bidireccional. Por lo común los adultos esperan que el

niño se adapte a horarios, presiones y convencionalismos sociales, pero ¿qué hay del respeto hacia su persona, su temperamento, sus emociones y sentimientos?

Definitivamente hay que insistir en que los niños tienen derecho a construir su vida de acuerdo a lo que ellos quieran, y no someterse a los anhelos que los padres vieron frustrados durante su propia niñez. Al contrario, es pertinente que los padres respetan su individualidad y los motiven para que logren las metas que se proponen. Los padres no deben vivir a través de sus hijos, sino vivir con sus hijos.

Ahora bien, retomando el contenido de algunos de los lineamientos señalados anteriormente se considera que escuchar, hablar, querer, comprender, etc. son términos del dominio público, sin embargo desgraciadamente esto no sucede en la realidad. De hecho hay que recordar que el lenguaje se aprende conviviendo con los adultos en determinado ambiente sociocultural, lo cuál evidentemente ocasiona que un mismo concepto tenga un significado diferente para cada ser humano. Por consiguiente algo que parece tan obvio como "el hablar" puede ser llevado de mil maneras y todos creerán que lo realizan de manera adecuada. Es por eso que conviene mencionar algunos de los elementos que se requieren para establecer una comunicación eficaz, así como la manera en que se le puede ir enseñando al niño a reconocer sus emociones.

Comenzaremos por señalar que se puede establecer una comunicación constructiva ó destructiva. En la comunicación constructiva se utilizan mensajes que animan a hablar, se siente la libertad de expresar los sentimientos e induce a tener la sensación de valor y de fomentar la autoestima. En cambio en la comunicación destructiva los mensajes emitidos las personas se sienten juzgadas o culpables, que promueven sentimientos de devaluación (Gordon, 1981).

Una manera de establecer una comunicación constructiva requiere que el escucha ponga atención no tanto en lo que le dicen, sino como se lo dicen. Teniendo en cuenta el tono, la intensidad y la parte correspondiente a la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) el escucha puede identificar el contenido emocional. El siguiente paso es hacer a un lado los criterios de "bien" ó "mal" y expresarle lo que se le esta entendiendo para ver si realmente se esta comprendiendo lo que se esta escuchando.

Algunas de las formas que menciona Gordon con las cuales se puede invitar a hablar son: platicame sobre eso, me gustaría escuchar algo acerca se eso, sigue, me gustaría conocer tu punto de vista, prosigue... te escucho, parece que tienes algo que decir al respecto, tienes derecho a decir lo que sientes, entre otras.

También conviene enseñarle a controlar sus emociones de manera que no pierda el control cuando este angustiado, temeroso, o frustrado. Lo primero es ayudarle a reconocer las emociones básicas poniéndose delante del espejo y haciendo caras que denoten alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa, desagrado e interés. Una vez que las identifique, en situaciones de la vida cotidiana darle alternativas (ver la sección de ejercicios) para que el niño exprese sus emociones y no las reprima.

Como podemos observar, se requiere de un trabajo en equipo, un trabajo que se tiene que delinear y precisar aún mas en la manera en como inducir en la mente del niño el sentido de confianza, seguridad e independencia respetando su individualidad. Los lineamientos señalados implican tiempo, personal preparado, dinero y mucho esfuerzo, pero valdría la pena intentarlo con los recursos con los que se cuenta en cada comunidad.

#### 4.2 Ejercicios para promover la autoestima infantil.

En el apartado antes descrito se plantearon lineamientos que potencializan el desarrollo de la autoestima, a continuación se expondrán una serie de ejercicios con el mismo fin. Según Amundson (1991) los niños en edad preescolar se valoran mucho a través de lo que puedan realizar con su cuerpo y el desarrollo físico precisamente se incrementa en esta etapa, así que se plantearán algunos de los ejercicios que utilizaron Nassar-Mc Millan y Cashwell (1997) para fomentar la autoestima en niños y adolescentes.

Se podría decir que si bien es cierto que a los niños pequeños les sirve para adquirir destrezas físicas, al igual que los niños de edad escolar estarían vivenciando situaciones en donde se manifiesten la cooperación, la competencia, la comunicación y la autoconfianza. El **objetivo general** es que a través de la realización de estos ejercicios el niño vislumbre su capacidad y haya oportunidad de retroalimentar sus esfuerzos. Queda implícito tanto el material requerido como el desarrollo de la actividad aunque se pueden realizar adaptaciones según lo amerite el caso y durante la realización de los ejercicios los adultos podrían detectar a los pequeños que reflejen algún problema socioafectivo. En fin, la creatividad y el ingenio de quién los lleve a cabo puede ser de gran utilidad para obtener los mejores resultados.

##### “TODOS A BORDO”

**Objetivo.** Que el niño se relacione con sus compañeros y adquiera mayor seguridad en sus ejecuciones posteriores.

**Material.** Cinta adhesiva de color y cronómetro.

**Desarrollo de la actividad.** Colocar una tabla pequeña o delimitar un área con cinta adhesiva de color y pedirle a los niños que cuando se les indique

deberán acomodarse en dicha zona en un lapso de cinco segundos, y conforme vayan adquiriendo mayor destreza se les irá reduciendo el tiempo.

#### “A ENROSCARSE”

Objetivo. Que el niño perciba el apoyo de sus compañeros a través de miradas y tonos de voz para lograr el éxito.

Material. Listones anchos de diferentes colores.

Desarrollo de la actividad. Se integrarán equipos de 4 a 6 elementos, se les dará un listón ancho y se les pedirá que cuando escuchen la señal deberán ir envolviéndose y desenvolviéndose uno a uno con el listón, ganando el equipo cuyos elementos lo logre hacer primero.

#### “AL AIRE”

Objetivo. Que el niño fortalezca su persistencia.

Material. Globos grandes de diferentes colores.

Desarrollo de la actividad. Se integrarán equipos de 4 a 6 elementos, se les entregará un globo inflado de diferente color a cada equipo. Se les pedirá que crucen los brazos y que deben procurar mantener el globo del color que les fue asignado en el aire impulsándolo con el cuerpo sin meter las manos.

#### “MALABARES”

Objetivo. Que el niño se sienta competente y desarrolle autoconfianza.

Material. Una pelota de tamaño regular.

Desarrollo de la actividad. Estando en círculo se les indicará a los niños vayan pasando la pelota a sus compañeros de a lado quienes deben procurar atraparla, y cada vez se intentará hacer con mayor rapidez. Se debe tener en cuenta que el ritmo de reacción de cada niño es diferente y en caso necesario apoyar al niño que lo requiera.

#### “ATRAVESANDO EL PANTANO”

Objetivo. Que el niño controle sus movimientos y se sienta capaz de superar las dificultades.

Material. Confeti, globos inflados, pelotitas de unicel, etc.

Desarrollo de la actividad. Se cubrirá casi totalmente una zona con globos, pelotas, confeti u otro material. Se les pedirá a los niños que se imaginen que van cruzar un pantano y que deberán procurar utilizar los espacios que hayan quedado libres; sólo se les permitirá que rocen o toquen con sus pies los objetos del material puesto en el piso un determinado número de veces.

#### “TRABAJEMOS EN EQUIPO”

Objetivo. Que el niño perciba que juega un papel muy importante en la tarea de equipo.

Material. Cajas de cartón de diferente tamaño ó cubos de plástico.

Desarrollo de la actividad. Se les pedirá que construyan la torre más alta utilizando material de construcción. Si la torre se cayera por algún motivo se les invitará a todos a que comiencen de nuevo hasta que se sientan satisfechos con su trabajo, y al final entre todos se aplaudirán y echarán una porra por lo bien que les quedo su torre.

### “UN PIE TRAS OTRO PIE”

**Objetivo.** Que el niño adquiriera confianza y seguridad tras realizar una nueva actividad.

**Material.** Gis ó un marcador.

**Desarrollo de la actividad.** En un círculo previamente dibujado o delimitado sobre el piso se le pedirá a dos niños que lo recorran en sentido contrario, colocando un pie tras otro, procurando mantener el equilibrio y no rebasando el límite ya marcado.

Los ejercicios señalados son sólo algunos ejemplos que como se mencionaba pueden modificarse según la edad de los niños. Se pueden llevar a cabo tanto por los padres como por los maestros en espacios cerrados como al aire libre, y al final se les puede preguntar de manera individual o colectiva cómo se sintieron para retralimentar aspectos positivos en el niño ó alentar a quienes se sientan incompetentes, frustrados ó rechazados.

Ahora bien las actividades que a continuación se plantean se han adaptado de las estrategias implementadas en adolescentes y adultos por Guizar(1993), Daskal (1994), Palladino (1992), Rodriguez (1985), Field (1995), y Alcántara (1996) para una población infantil con la intención de construir en los niños una estimación de su propia persona al conocer o reconocer atributos, cualidades, sentimientos y habilidades.

### “UN GRAN TESORO”

**Objetivo.** Que los participantes practiquen dar y recibir cumplidos, además de facilitar interacciones positivas.

Material. Hojas, sobres y lápices para cada escolar. Los preescolares una fotografía de cada niño, cartulina para cada niño, estrellitas de papel, caritas autoadheribles, recortes de revista y pegamento.

Desarrollo de la actividad. Sentar a los niños en círculo, darles una hoja con un sobre (de preferencia decorado), y pedirles que anoten con mayúscula al inicio de la hoja su respectivo nombre. Cada niño pasará la hoja al compañero de a lado (empezando por la derecha) e indicaremos que cada uno va a escribir sobre la hoja alguna cualidad ó algo que le haya agrado referente al niño cuyo nombre aparece en ese momento. Una vez que termine anotará su nombre y realizará un dobléz en la hoja al ras de lo que ha escrito y se lo pasará al siguiente compañero el cual hará lo mismo y así sucesivamente. Al final, cada alumno guardará en el sobre su respectiva hoja con todos los comentarios de sus compañeros para leerlos en privado, y le mencionaremos que será de gran utilidad releerlos en momentos en que sientan tristes o sólos

En el caso de los niños en edad preescolar se le pediría al niño una cartulina la cuál llevará pegada una fotografía reciente y de preferencia de cuerpo completo. Se indicará a cada niño que pase al frente y al resto que van a pasar pegar a la cartulina una estrellita de papel si consideran que el niño que en su momento se encuentra delante de ellos se ha distinguido por su limpieza, arreglo personal, por su trabajo, por ser compartido, por ayudar a la gente, etc.; una carita de papel si les gusta jugar con el o ella; o bien, algún recorte de revista que haga referencia a alguna parte de su cuerpo ó alguna habilidad que le conozcan y que lo haga diferente de los demás. Sin embargo, cada niño que pase a pegar alguna de las opciones mencionadas tendrá que decir “yo le regalo a (nombre del otro niño) una (opción elegida) por (lo que ellos quieran destacar)”, y al final se les dará un aplauso a ambos.

### “ME QUIERO”

Objetivo. Que los niños identifiquen rasgos físicos y cualidades que les distingan de los demás.

**Material.** Un espejo de preferencia en donde puedan verse de cuerpo completo

**Desarrollo de la actividad.** Indicar a los niños que se ubiquen frente al espejo, se miren detenidamente, sonrían y digan en voz alta algún elogio o idea para sí mismos por algún rasgo físico, actitud o cualidad que resulte agradable p. ej. “me gusta mucho mi cabello”, “tengo unos ojos muy bonitos”, “me veo magníficamente bien”, “este día me va a ir de maravilla”, etc. En el preescolar un adulto de manera individual le ayudará a descubrir los aspectos por los cuales se distinga y le formulará un elogio, el cual tendrá que repetir el niño mirándose frente al espejo.

### EL ÁRBOL DE MI VIDA”

**Objetivo.** Que los niños reconozcan aspectos que le den un sentido de singularidad.

**Material.** Pizarrón o rotafolio, hojas, lápices. Los preescolares recortes de revistas y fotografías.

**Desarrollo de la actividad.** Explicarles que así como un árbol necesita de la tierra para echar sus raíces, de agua y sol para elaborar sus alimentos y crecer; de cariño para crecer aún más grandes, así también un niño necesita alimentarse para que se desarrolle su cuerpo; mantenga su salud y crezca, además de dar y recibir afecto. Indicarles que realicen el dibujo de un árbol en una hoja y que por escrito o utilizando recortes y fotografías respondan a las siguientes preguntas.

En las raíces:

- ¿Quiénes son sus papás?
- ¿En dónde nació?

- ¿Cuántos son en la familia?
- ¿Qué lugar ocupa en la familia?

En el tronco:

- Su nombre, sexo, complexión, salud, etc.
- Lo que más le gusta hacer
- Lo que es más importante para él

En las ramas:

- Nombre de amigos
- Metas a corto y a largo plazo

En los frutos:

- Sus habilidades y cualidades
- Conocimientos
- ¿Qué me gustaría ser de grande?

### “LLÁMAME POR MI NOMBRE”

Objetivo. Que el niño perciba su nombre como algo inherente a su persona.

Material. Pizarrón o rotafolio, hojas, lápices, plumones de color fosforescente

Desarrollo de la actividad. Cada alumno anotará en una hoja las respuestas a las siguientes preguntas.

- ¿Cómo te llaman en tu casa?
- ¿Cómo prefieres que te llamen en la escuela?

- ¿Te han puesto un apodo? En caso de que así sea ¿Te molesta?

Estando en círculo se leerán las respuestas en voz alta, pidiéndoles que desde ese momento utilicen y respeten el nombre preferido de cada uno, tanto en público como en privado.

En el caso de los pequeños se realizarán las preguntas de manera verbal a cada uno y el nombre bajo el cuál les guste que les llamen será escrito en una tarjeta con un plumón de color fosforescente. Se le pedirá al grupo que al momento de entregar a cada niño su tarjeta con su respectivo nombre, los demás deberán echarle una porra y/o aplaudirle.

### MIRA ¿CÓMO SOY?

Objetivo. Que el niño plasme la imagen y el concepto que tiene de sí mismo.

Material. Recortes de revista, cartulina y pegamento para cada niño.

Desarrollo de la actividad. En una cartulina con ayuda de recortes de revistas y pegamento, representar la respuesta a la pregunta ¿quién soy? Al final cada niño explicará a los demás lo que representa su trabajo y una vez que terminen de exponer el resto del grupo le brindará un aplauso.

### MIRA ¿CÓMO QUIERO SER?"

Objetivo. Que el niño represente la imagen a la cual aspira.

Material. Recortes de revista, cartulinas y pegamento para cada niño.

Desarrollo de la actividad. Es similar al anterior sólo que la pregunta que se tiene que responder es ¿cómo quiero ser?, de tal manera que el niño proyecte

la imagen "ideal" que le gustaría alcanzar.

### "SOY DIFERENTE"

Objetivo. Que el niño adquiriera mayor conocimiento sobre sí mismo.

Material. Cuestionarios y lápices para cada niño, y para los de preescolar cassettes y una grabadora.

Desarrollo de la actividad. Pedirles que completen en una hoja las siguientes frases:

Mi rasgo físico que más me gusta .....

Me siento feliz cuando.....

Me siento triste cuando .....

Me siento muy importante cuando.....

Me enoja cuando .....

Me da miedo cuando .....

Algo que me gustaría, pero me da miedo pedir.....

Si me concedieran un deseo, pediría.....

Lo que más me gusta hacer.....

Las cosas que hago bien.....

Más adelante me gustaría alcanzar la profesión.....

La persona que más respeto y admiro .....

Al terminar cada alumno leerá en voz alta sus frases y se invitará al resto para que amplíen la información; el maestro podrá plantearles que hay cosas de nosotros mismos que es posible cambiar, pero si no se puede hay que aprender a aceptarlas y a quererlos tal y como somos.

En el caso de los niños en edad preescolar las respuestas se podrán registrar en un cassette con ayuda de una grabadora

### “BAZAR”

Objetivo. Que el niño reconozca algunas de sus debilidades sin sentirse devaluado.

Material. Cartulinas, colores ó plumones para cada niño.

Desarrollo de la actividad. Se les pedirá que reflexionen un momento y piensen en tres defectos. Posteriormente, utilizando carteles, slogans u otro material gráfico intentarán vender sus defectos al grupo; para ello pasarán al frente y cada uno dispondrá de 10 minutos. El grupo le irá diciendo si lo compra o no y por que. Al final se comentará la experiencia y se les debe explicar que nadie es perfecto, que los errores permiten esforzarnos y superarnos día con día.

A los pequeños se les pedirá que recuerden y platicuen momentos en los que hayan sentido miedo, vergüenza, flojera, enojo o coraje. Una vez que uno de los niños termine se invitará a los demás a compartir su experiencia con algo parecido, procurando que todos los niños participen. Al final se les mencionará que todo lo que sentimos es importante, y que es adecuado que lo platicuen a un adulto al que le tengan confianza.

### “MI REGISTRO”

Objetivo. Que el niño desarrolle su capacidad de prever las consecuencias de sus actos.

Material. Un cuaderno ó libretita y lápices.

Desarrollo de la actividad. Invitar a los niños a llevar un registro por una semana en una libreta pequeña de situaciones diarias. En una hoja dividida con una línea en dos partes poner una palomita o anotar las cosas que hicieron y les gusto, y del otro lado una "X" ó anotar lo que sintieron que hicieron mal. Pedirles que al final realicen un balance e intenten tener en cuenta las "X" en futuras ocasiones para que resulten experiencias agradables.

### "CONTROLO MIS SENTIMIENTOS"

Objetivo. Que el niño haga contacto con sus sentimientos sin dañarse ni dañar a los demás.

Material. Lápices y registros con el siguiente formato:

Nombre del niño: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

-----  
Sentimiento ¿Cuándo ocurrió? ¿Qué lo provocó? ¿Qué reacción tuvieron?

-----  
 Desarrollo de la actividad. Lo primero es ayudarle a reconocer las emociones delante de un espejo y hacer las caras que denoten alegría, tristeza, ira, miedo, desagrado, etc. y una vez que las identifique llevar un control sobre las situaciones de la vida cotidiana en las que experimentaron sentimientos negativos, tales como el miedo, tristeza, frustración, la ira, inseguridad, remordimiento, etc. Anotar e identificar que sentimiento están experimentando, cuando ocurrió, que lo provocó y que reacción tuvieron (el adulto puede llevar el registro individual de los pequeños por escrito o con

ayuda de una grabadora). Posteriormente se les invitará a esforzarse en cambiar de actitud utilizando para ello mecanismos tales como respirar profundamente dos o tres veces para relajarse, platicar con un amigo, mirar un paisaje, hojear una revista, recordando algún éxito ó algo cómico, cantando, escribiendo en una hoja la razón por la cuál se sienten así; en pocas palabras poner interés en cualquier cosa que les distraiga de sus sentimientos negativos y así poder expresar sus emociones pero no reprimirlas. En el caso de los preescolares para desahogar la ira se les puede ofrecer un lugar donde puedan tener la libertad para gritar, llorar, dar golpes a un cojín, dar saltos o hacer lo que desee, induciendo para que busquen una manera de expresar sus sentimientos de tal modo que no lastimen a nadie, ni se hagan daño a sí mismo al acumular sus sentimientos.

Es conveniente indicarles que si reprimimos nuestros sentimientos o las respuestas físicas ligadas a ellos, con el tiempo llegamos al grado de dañar nuestra salud física y mental. A los pequeños se les puede hacer una analogía con un vaso que se va llenando gota a gota hasta que se desparrama, ó una bolsa que se llena de piedras hasta que se rompe.

### “LA CAJA DE LOS TALENTOS”

Objetivo. Inducir al niño para que actúe de manera coherente a sus pensamientos.

Material. Colchonetas, cassette con música instrumental, grabadora, hojas y lápices.

Desarrollo de la actividad. Se les pide se recuesten sobre la colchoneta y se pongan cómodos, que cierren los ojos, realicen pausadamente dos o tres respiraciones profundas y enseguida se les narra.

Imaginen que están caminando por el bosque, pueden escuchar el trino de las aves, percibir el olor a tierra mojada.... es un lugar muy hermoso y tranquilo..... de pronto observan a lo lejos algo que no alcanzan a distinguir y

caminan hacia ese lugar. Frente a ustedes se encuentra un duende con una vestimenta especial de muchos colores que les indica que hay dos cajas encantadas en la parte más alta de un castillo.... una caja, la más grande les permitirá dejar ahí sus miedos, temores, y sentimientos que les están haciendo sentirse muy mal, y la caja más pequeña les puede conceder talentos que les haga sentirse más hábiles en cualquier área ó actividad que realicen. El duende les señala que no podrán abrir las dos cajas al mismo tiempo y que una vez abran una de ellas ya no podrán volverla a abrir pues se rompería el encanto.... entonces les da una llave y les señala el camino a seguir.....ustedes la toman y siguen caminando y al fin encuentran el castillo, se acercan a la puerta y utilizan la llave que les dio el duende.... ya estando dentro caminan y suben unas escaleras hasta la parte más alta del castillo. Pueden ver ya las dos cajas de las que hablo el duende, se acercan a la caja grande.... la abren y depositan en ella sus aspectos negativos tales como miedos, inseguridad, ira, rencor, envidias, etc.... la cierran y se dirigen a la caja más pequeña.... es muy bonita, resplandeciente y recuerdan que les puede conceder los talentos que ustedes más deseen.... reflexionan un momento sobre los talentos que les gustaría tener ..... y la abren. De pronto les invade una sensación agradable que jamás habían sentido y que los hace diferentes.....ya no hay miedos ni temores, ahora se sienten con la fortaleza y la capacidad de hacer cualquier cosa. Se hace una pausa y después se les pide que abran sus ojos, se levanten y se sienten en círculo para contestar por escrito las siguientes preguntas de manera individual.

¿Qué talento(s) pediste?

¿Qué sucedería si actuarás de acuerdo con ese talento? (dejar desbordar la imaginación e imaginarse la situación lo más real que se pueda).

Una vez que hayan terminado de responder las preguntas, pedirles que actúen según el talento elegido, indicando que se repitan a sí mismos frases con el talento(s) elegido varias veces por la mañana al despertar y antes de acostarse p. ej. “yo (nombre del niño) soy (talento elegido)”.

En el caso de los pequeños se requiere que un adulto lo ayude a formular la frase y pedir que la repita en voz alta hasta que él lo haga por sí mismo.

### “MI DIARIO”

Objetivo. Que el niño describa su comportamiento, cualidades y éxitos alcanzados.

Material. Cuaderno, lápices, cassette y grabadora.

Desarrollo de la actividad. Pedirle a cada alumno que dedique un tiempo diariamente por un lapso de 7 ó 15 días para ir anotando las cosas que hicieron durante el día y le hayan dejado una sensación de satisfacción, indicando que hicieron, donde lo hicieron y con quién lo hicieron (aconsejarles que es mejor que lo realicen antes de irse a dormir). En el caso del preescolar se requiere que el adulto le ayude a grabarlo ó a registrarlo en una libreta “especial”.

### “MI CARTA DE PRESENTACIÓN”

Objetivo. Que el niño reconozca las habilidades aprendidas.

Material. Hojas y lápices.

Desarrollo de la actividad. Señalarles que se imaginen que van a mandar una carta a una persona muy importante que desea saber sobre sus logros y habilidades en el lapso que llevan de vida, por lo que deberán detallar con mucho cuidado que es lo que han aprendido en todos los aspectos.

En el caso del preescolar indicarle que se le va a mandar la carta a un actor ó personaje que él admire quién desea conocer las cosas que sabe hacer,

permitiendo que manifieste el contenido de la carta (en caso necesario ayudar a identificar sus habilidades).

### “EL CUENTO”

Objetivo. Que el niño invente una historia sobre su vida futura.

Material. Hojas, lápices, cassettes y grabadora.

Desarrollo de la actividad. Con ayuda de su imaginación los niños irán escribiendo un cuento en donde plasmen los cambios que van a ir teniendo con el paso del tiempo. Inventarán que pasará en su casa, en la escuela, con sus amigos, etc., hasta la edad adulta. En el preescolar con ayuda de un adulto pueden grabarlo ó escribirlo.

### “SOY ESPECIAL”

Objetivo. Promover en el niño pautas de comportamientos deseables.

Desarrollo de la actividad. Mediante la autosugestión en el niño actitudes tales como “soy responsable, cuidadoso, alegre, pacífico, colaborador, buen estudiante, etc.”; independientemente de la actitud que se desee forjar es necesario que el alumno la vaya repitiendo primero en voz alta estando en una situación real y después mentalmente (en los niños pequeños se requiere que un adulto lo dirija). Por ejemplo, si esta estudiando en casa decir en voz alta “me gusta estudiar”, “me gusta conocer cosas nuevas”, “soy un buen estudiante”, estudiar otro momento y repetirlo en voz baja. al terminar de estudiar repetirlo con más énfasis y hacer algo similar con los demás aspectos.

### “TOMA DE DECISIÓN”

Objetivo. Que los niños practiquen los pasos requeridos para tomar una decisión.

Material. Hojas y lápices.

Desarrollo de la actividad. Enseñar a los niños un plan de acción para empezar a tomar decisiones o plantearse objetivos. Para ello pedirles que sigan el siguiente procedimiento. Aprovechando situaciones de la vida diaria en los pequeños es conveniente indicarles verbalmente los pasos detenidamente hasta que lo asimilen y lo puedan llevar a la práctica por sí mismos.

Escribir que decisión desea tomar

Plantear alternativas para realizarla

Evaluar los pros y los contras de cada una de ellas

Elegir una de ellas sin dudar ni titubear

Comprometerse y concentrar toda la energía en llevarla a cabo

Después de un tiempo, evaluar resultados y en caso necesario decidir nuevamente en base a la experiencia obtenida.

### “ME DEFIENDO SOLO”

Objetivo. Que el niño exprese méritos ó hechos que demuestren que las acusaciones que le hacen son falsas.

Material. Hojas y lápices.

Desarrollo de la actividad. Estando en círculo mencionar a los niños que escriban en una hoja frases con algunos defectos sin dirigirlos a nadie en especial, se recogerán las hojas y se repartirán nuevamente cuidando que no les toque la que ellos escribieron, indicándoles que deberán de plantear una defensa para invalidar las acusaciones que están escritas pudiendo recurrir a situaciones que hayan vivenciado que demuestren lo contrario de lo que se les acusa. El maestro leerá en voz alta el contenido de la hoja del niño que tenga a lado, se la devolverá y el expondrá su defensa, una vez que termine leerá la hoja de su compañero, se la entregará y comenzará su defensa, siguiendo el mismo procedimiento con todos y en caso necesario se podrá apoyar a quienes manifiesten niveles bajos de autoestima.

Plantear a los niños en edad escolar en plan de juego que cada uno de ellos va a tener que defenderse como en un juicio de las acusaciones que se le hagan. Se pueden plantear acusaciones como la de mentir, robar, calumniar, chantajear, desobedecer, indisciplina, envidia, etc. refiriéndose al defecto y no a la persona, p. ej. "Dicen que te gusta decir mentiras" y no "dicen que eres un mentiroso". Al final preguntar como se sintieron

### "24 HORAS"

Objetivo. Que el niño identifique el tiempo que dedica a las actividades que realiza en la vida diaria.

Material. Hojas, lápices, y colores.

Desarrollo de la actividad. Pedir a los alumnos que dibujen un círculo y dividirlo en 24 partes representando las 24 horas de un día, y que señalen el tiempo dedicado a : la escuela, comer, la familia, ayudar en casa, el ejercicio, a dormir, al estudio, al juego y diversión, a los amigos, a estar sólo. Preguntarles si se sienten satisfechos con el tiempo que le dedican a cada aspecto, y de no ser así que mencionen que pueden hacer para cambiar las cosas.

En los pequeños se les puede entregar las hojas con el dibujo ya hecho e indicarles que es como un pastel dividido en varias rebanadas, y que a ellos les toca decidir y pintar con diferentes colores las rebanadas que le dan a los aspectos ya mencionados. Al final también se les puede pedir que mediten sobre la manera en como repartieron las rebanadas del pastel (en caso necesario cada niño lo realizará con ayuda de un adulto).

### “ASUMIENDO RESPONSABILIDADES”

Objetivo. Que el niño experimente satisfacción al cumplir con un compromiso.

Material. Pizarrón o rotafolio.

Desarrollo de la actividad. El maestro pondrá una lista de actividades a realizar durante un lapso de tres meses, en el pizarrón y los alumnos podrán elegir la que deseen. Entre las actividades que podrán elegirse se encuentran el arreglo y la decoración del salón, abrir y cerrar ventanas, encender y apagar la luz, borrar el pizarrón, sacudir el borrador, vigilar la limpieza del suelo, vigilar, el orden de pupitres, registrar ausencias, cuidar plantas, seguimiento a los alumnos enfermos, llevar control de la caja de los objetos perdidos, comisión para celebrar cumpleaños, cuidar el periódico mural, recoger trabajos y repartir material, organizar salidas, visitas o excursiones.

Se puede hacer algo similar en el jardín de niños y en casa con los quehaceres domésticos, aunque quizás sea pertinente que la asignación de tareas será expresada de manera verbal.

### “UNA SOLUCIÓN EXITOSA”

Objetivo. Que el niño proponga alternativas para mejorar sus relaciones interpersonales.

Material. Hojas y lápices.

Desarrollo de la actividad. Pedirles a los alumnos que piensen en una situación en la que haya existido un desacuerdo o conflicto en la relación con un adulto ó compañero, y que la escriban en una hoja e indicarle que responda a las siguientes preguntas.

¿Qué ocurrió?

¿Qué opinas de lo que pasó?

¿Qué podrás hacer para mejorar la situación?

¿Llevarías a cabo la alternativa que has propuesto?

Invitarlo para que practique la opción que le ha dado al conflicto, señalando que por lo regular un cambio en nuestro comportamiento genera un cambio en los demás.

En el caso del preescolar dirigido por un adulto enseñarle a analizar en situaciones cotidianas dicho suceso de tal modo que lo mecanice y lo pueda aplicar para resolver sus conflictos.

### “MI VIDA SE APAGA”

Objetivo. Sensibilizar al niño sobre la vida y la muerte.

Material. Hojas, lápices ó colores.

Desarrollo de la actividad. Se les explicará a los niños que la vida se parece a una vela y que el momento de prenderla, equivale al instante en que se nace . Cuando se acaba se apaga e indica que se acaba la vida, sólo que nadie sabe cuando va a suceder. Se les pide que mediten y dibujen una vela considerando que el tamaño equivale al tiempo que quieren o creen que van a tener de vida. Posteriormente se les indica que se imaginen que les queda un mes o una semana de vida, que reflexionen y escriban que cosas les gustaría hacer antes

de morir. Sentados en círculo se procederá a leer las respuestas, haciendo énfasis en que deben respetar los sentimientos de los demás y que cuanto escuchen de sus compañeros no debe comentarse fuera de clase (en el niño pequeño llevarlo a cabo con ayuda de un adulto).

Aunque las actividades propuestas han sido adaptadas teniendo en cuenta que se van a aplicar a una población infantil, quizás algunas resulten de escaso interés para los niños ó existan términos que no comprendan del todo, por lo que quién las lleve a cabo debe de tener la visión de contemplar cualquier eventualidad. En los niños de edad preescolar una desventaja podría ser que en la mayoría se requiere que cada uno de ellos sea supervisado por un adulto y la ventaja podría ser que dichas actividades se hicieran con la participación de los padres acompañada con cantos alusivos a la actividad que se esta realizando, lo cual podría afianzar la relación con sus hijos.

Ahora bien, lo ideal sería que en las escuelas u otras instituciones se hicieran campañas de difusión sobre la importancia e influencia que tiene el adulto en la relación cotidiana con el niño; capacitar tanto a los padres como a personal docente de modo que no repercutan de manera negativa en el desarrollo emocional del niño y llevar a cabo las actividades sugeridas con grupos reducidos en los que se les brinde una oportunidad sobre todo a los niños que manifiesten una autoestima baja.

Como se puede apreciar no es una tarea fácil por los recursos humanos y materiales que se requieren, sin embargo se debe divulgar la información sobre la participación que tienen el adulto en el desarrollo socioafectivo del niño, así como su influencia en el desarrollo de su personalidad.

*Si me tocas suave y dulcemente  
si me miras y me sonríes  
si me escuchas algunas veces  
antes de hablar tú  
yo creceré, creceré de verdad.*

*Bradley (9 años de edad)*

## CONCLUSIONES

El niño en un principio se relaciona con su medio y con la gente que le rodea a nivel de lenguaje no verbal, pero con el transcurso del tiempo se va apropiando del habla y reconoce que tiene un nombre, que los objetos y las personas que le rodean también tienen un nombre y poco a poco aprende el significado y el poder que tienen las palabras para "calificar" a las personas y/o su comportamiento. Las primeras sensaciones agradables ó desagradables que tiene, surgen al relacionarse con los adultos que le rodean quienes por su manera de hablar, tocar y mirarle le transmiten experiencias que le ofrecen una incipiente visión del mundo en general.

De esta manera aunque se considera que el tipo de experiencias ó impresiones que le acontecen al niño tienen un mayor impacto durante los primeros cinco años de su vida (Berryman, 1994) y aproximadamente a esa misma edad ha formado ya una opinión acerca de sí mismo Corkille Briggs(1996) se debe tener en cuenta que si ha sido objeto de burlas, apodos, humillaciones y rechazo por sus padres, maestros ó compañeros tendrá dificultad para expresarse y establecer relaciones con los demás, se hundirá en el horror constante al ridículo, reflejará ansiedad y una extremada dependencia; se sentirá incapacitado en toda la extensión de la palabra y esto le impedirá desarrollarse de manera óptima. En cambio, si se destacan rasgos físicos específicos que fortalezcan su imagen; habilidades, valores ó conductas que lo distinguan de los demás y se le motiva de manera intrínseca a realizar actividades que le hagan sentirse capaz, seguro y confiado logrará adquirir un autoconcepto y una autoestima positiva que lo lleve a una vida independiente y útil para la sociedad.

Conviene aclarar que la autoimagen es el resultado de las expresiones y reacciones que han tenido personas significativas frente al niño sobre aspectos básicamente de apariencia física; estereotipos de belleza que la misma sociedad propone y que de entrada dejan a muchos niños al margen de los mismos, lo cual es ya un factor en contra para lograr una autoestima alta.

Los juicios emitidos por los adultos que rodean al niño sobre sus rasgos físicos, aptitudes, habilidad para relacionarse en su entorno familiar y social, la manera en como expresa sus emociones entre otra cosas, van consolidando el concepto que tenga de sí mismo e influirán en su desempeño y en algunos rasgos de su personalidad. Además las expectativas que tengan tanto padres como maestros serán como vaticinios de su comportamiento por lo que es importante reflexionar sobre la importancia que tienen el tipo de mensajes que recibe el niño, así como las repercusiones a corto y a largo plazo en su desarrollo emocional y en el desarrollo de su personalidad ya que mucho de lo que logren depende de la sensación de confianza, seguridad, eficacia y estima que los adultos puedan fomentar en ellos.

En síntesis se puede decir que la autoestima infantil tiene su arraigo precisamente en la estructura cognoscitiva cuyo contenido esta determinado por el tipo de experiencias o sucesos que ha tenido el niño desde su nacimiento en el hogar, en la escuela y en la sociedad en general. Los sucesos, palabras, reacciones y miradas de personas que son significativas para él son como imágenes ó grabaciones que va archivando y que regirán gran parte de su comportamiento en las diferentes áreas de la vida (aspecto físico, emocional, social ó académico).

Como podemos apreciar autoimagen, autoconcepto y autoestima son elementos entrelazados que influyen en el desarrollo emocional del niño y en general están en constante evolución y no son entidades estáticas, sino que cambian de acuerdo a las vivencias de cada ser humano.

La autoestima se podría concebir como una sensación "interna" de confianza, seguridad, eficacia y valía personal que afecta una amplia gama de conductas externas como son la actitud positiva en las relaciones interpersonales, el desarrollo del propio potencial, la creatividad y la capacidad de riesgo por mencionar algunas. Branden (1997) señala que la angustia, la depresión, el miedo a las relaciones intimas ó al éxito, las

adicciones al alcohol ó a las sustancias tóxicas, el bajo rendimiento escolar, la inmadurez emocional, el suicidio, etc., son algunos de los problemas ocasionados por una autoestima baja. Por tal motivo, como una manera de prevenir ó disminuir la mayoría de los problemas que se dan en la convivencia humana, se considera importante el desarrollo de la autoestima durante la infancia.

Tal parece que la misma sociedad atenta en contra de la autoestima del niño desde la cuna pues es común escuchar exclamaciones tales como “fue niña... va a sufrir mucho..”, “es muy morenito, se van a burlar de él...”, “tiene las orejas muy grandes....pobrecito”, etc. y desgraciadamente no hay una conciencia de la magnitud del efecto que pudiese tener este tipo de mensajes en su desarrollo emocional y de su personalidad.

Desafortunadamente gran cantidad de progenitores no han alcanzado una madurez emocional e ignoran que el niño es demasiado receptivo y sensible ; que asimila lo que ve y escucha, y que es un periodo en donde se le puede enseñar a descubrirse a sí mismo y sus potencialidades, a aceptarse, a manifestar con libertad sus sentimientos, dudas, inquietudes y pensamientos, a dar y recibir, a definir lo que quiere llevar a cabo, a sobresalir ante las dificultades y realizar las metas que se proponga, a vivir al máximo en las diferentes etapas de su vida reafirmando así su sensación de seguridad, confianza y autoestima.

Sin embargo, cabe mencionar que factores como la herencia, el temperamento del niño y de los padres, la calidad de la relación entre el niño y las personas significativas para él, el tamaño de la familia, el hecho de que el niño haya sido deseado, el orden de nacimiento, la influencia de los medios masivos de comunicación, el nivel económico y socio-cultural en el que este inmerso el niño y las pautas de comportamiento de acuerdo a cada género son también algunos aspectos que determinan los niveles de autoestima alcanzados.

Muestra de lo dicho anteriormente es el estudio realizado por Chaiken, Flett y Pliner (1990 ob. cit. en Nell, K. y Asthon N. L., 1996) en donde se encontró que un mayor número de mujeres se preocupan excesivamente sobre cuestiones de alimentación, peso corporal y apariencia física a diferencia de los hombres, esto quizás a consecuencia del incesante bombardeo de los medios de comunicación sobre los estereotipos de "atractivo físico" que dejan al margen a muchas mujeres y niñas quienes por ello se frustran y devalúan su autoestima.

La misma sociedad se ha empeñado en reforzar la idea de que la gente vale por aspectos externos como el hecho de poseer cosas u objetos costosos, relacionarse con personas "importantes", portar ropa ó accesorios de ciertas marcas, poseer ciertos atributos físicos, etc. y así lo aprenden los niños. Pocas veces se les enseña a valorarse de acuerdo a aspectos internos tales como sensibilidad, creatividad, sentido de cooperación, solidaridad, responsabilidad, respeto, templanza, humor, etc., que hacen de cada ser humano alguien único y especial. Es por tal motivo que quizás se busca la aceptación, la aprobación, el respeto y estima de los demás, y no la autoaceptación, la autoaprobación, el autorespeto y la autoestima.

Afortunadamente cada vez se le da más importancia al desarrollo integral del niño, al tipo de experiencias que tiene y a los derechos que le corresponden por el hecho de ser proyectos de vida.

Las estrategias que se han planteado independientemente de su funcionalidad y sus limitantes, intentan despertar el interés de la sociedad sobre la importancia que tiene el desarrollo de la autoestima infantil así como sus implicaciones. No pretende solventar los trastornos socioafectivos en los niños de forma directa, sino más bien plantear una intervención oportuna dirigida a los adultos para estructurar una serie de acciones encaminadas a encauzar en los niños una autoestima positiva que los ayude a enfrentar situaciones adversas en el futuro

Es posible que muchas de las sugerencias puedan parecer triviales, idealistas ó fuera de contexto, pero este trabajo no intenta ser un tratado solo se busca profundizar en lo que pueda ser de utilidad para abordar de manera adecuada al niño. Los ejercicios están sujetos a muchas modificaciones y correcciones que con el tiempo y después de su aplicación pueden mejorarse.

Al aplicar los lineamientos y sugerencias es conveniente tener en cuenta las características físicas, biológicas y psicológicas de la población y darle valor al entorno social empezando por la familia. Con la información que se obtenga después de su aplicación se puede depurar y generar mayor investigación en torno al tema.

Si bien es cierto que la familia juega un papel muy importante en el proceso de socialización del niño, la escuela no se queda atrás. Más adelante el sistema educativo podría insertar algunos elementos del presente trabajo como parte del plan de estudios de maestros, quienes una vez capacitados y aprovechando que los niños pasan un periodo de tiempo prolongado con ellos podrían detectar y compensar la falta de atención y las carencias de tipo afectivo que padecen muchos de ellos por conflictos familiares.

Es conveniente difundir la trascendencia de los sentimientos ligados a las experiencias de confianza ó desconfianza, de seguridad e inseguridad, de aceptación y rechazo, de éxito ó fracaso. Señalar que las constantes experiencias de fracaso generan sentimientos de inferioridad que ocasionan en quién las padezca una merma en su autoestima.

Teniendo en cuenta que la familia influye en la autoestima de los niños (Adams, G. R., Gullota, T. P. y Marhstrom-Adams, C., 1994 ob. cit. en Blackmon, T. C. y Durm, M. W., 1997) debido a que los padres son en primera instancia los modelos a imitar sería conveniente implementar campañas de información, pláticas, talleres sobre el desarrollo del niño, los

estilos de crianza, el desarrollo de la autoestima y sus repercusiones, etc. para concientizar a la población de la importancia que tiene el que los niños sean tratados de forma adecuada, en dónde también se involucre a los jóvenes (futuros padres) y se aprovechen los medios de comunicación para transmitir spots relacionados con los temas ya mencionados.

Como se puede apreciar para llevar a cabo lo que se ha mencionado hasta el momento, se requiere de tiempo, dinero y esfuerzo adicional por parte de la sociedad, sin contar que a muchos adultos les resultará difícil dejar a un lado los prejuicios adquiridos durante la infancia, sin embargo bien vale la pena intentarlo para mejorar la calidad de vida de las nuevas generaciones.

Finalmente cabría proponer algunas acciones específicas que podrían coadyuvar para fomentar la autoestima en los niños:

- Cargar al niño en brazos y hablarle con cariño
- Enseñarle con paciencia a reconocer partes de su cuerpo, diferentes objetos, animales ó cosas, a subir y bajar escaleras, así como a vestirse y a comer sólo, a pronunciar correctamente palabras que se le dificulten, etc.
- Narrarle cuentos y enseñarle juegos que los pueda imitar
- Respetar los gustos del niño y comprender sus temores sin burlas

Invitarlo a preparar el desayuno, la comida o la cena con las precauciones necesarias, aunque el desempeño global del niño no sea del todo satisfactorio

- Recordar que la disciplina implica establecer hábitos de aseo personal, estudio, orden, etc. y no es conveniente enseñarlos bajo amenazas, sobornos ó castigos físicos
- Pero sobre todo, evitar condicionar el afecto al niño “si se porta bien”

Es vital que los adultos reconozcan y acepten que tienen sentimientos

positivos y negativos hacia los niños, pero es conveniente tener cautela y no someterlo a un sin fin de arbitrariedades fundamentalmente porque una conducta emocional bien cimentada lleva a una buena adaptación en la vida, y a la inversa.

Recordemos que la etapa de la infancia se caracteriza por su plasticidad y según el trato recibido los niños serán autosuficientes, exitosos y triunfadores ó dependientes y vulnerables a la manipulación de los demás, sin olvidar que cada niño es diferente, es agente activo en su mismo proceso de socialización y en el desarrollo de su autoestima.

*Los niños son profundamente afectados por el ejemplo  
y sólo secundariamente por las explicaciones,  
cuando éstas son simples y claras.*

*Lo más importante es que crezcan en un ambiente  
libre de negatividad e impulsados a tener confianza  
y a expresar su propio ser.*

*Rodney Collin*

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alcántara J (1996) *Como educar la autoestima* Editorial CEAC España
2. Amundson K. (1991) " Building self esteem: a guide for parents; schools and communitities" American Association of school administrators.
3. Angrilli A. (1984) *Psicología infantil* Editorial continental México
4. Argyle M y Trower P. (1980) *Tú y los demás: formas de comunicación;* Editorial Harla México.
5. Banaji M. y Prentice D. "The self in social contexts" Annual review of psychology 1994 vol. 45
6. Berryman C. (1994) *Psicología del desarrollo* Edit. El Manual Moderno México
7. Bee H. y Mitchel S (1984) *El desarrollo de la persona en todas las etapas* Edit. Harla México.
8. Branden N. (1997) *Como mejorar su autoestima* Edit. Paidós México.
9. Bruno F. ( 1995) *Psicología infantil y desarrollo* Editorial Trillas México.
10. Castanyer M S O. (1997) *La asertividad: expresión de una autoestima* Editorial Desclée de Brower España.
11. Castejón J., Navas L. y Sampascual G. "Modelos estructurales sobre la teoría atribucional de la motivación" Revista de psicología general y aplicada 1993 vol. 46 (3)
12. Clemes H. y Bean R. (1996) *Como desarrollar la autoestima en los niños* Editorial Debate España.
13. Craig G (1988) *Desarrollo Psicológico* Edit. Prentice Hall México.

14. Corkille Briggs (1996) *El niño feliz* Editorial Gedisa España
15. Covarrubias T. y Gómez J. (1998); "La autoestima maternal y el desarrollo infantil" varios autores *Psicología de la familia*; UNAM, Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología; México.
16. Daskal A. (1994) *Permiso para quererme : reflexiones sobre la autoestima femenina* Editorial Paidós México.
17. Delval J., (1994) *El desarrollo humano* Editorial Siglo XXI España
18. Escamilla R. (1996) "Influencias que inciden en el autoconcepto, la autoestima y la identidad sexual en el desarrollo de la niñez temprana" Tesis nivel licenciatura ENEPI.
19. Field L. (1995) *Aunque usted no lo crea, vale más de lo que piensa: técnicas, métodos y ejercicios para desarrollar autoestima y alcanzar nuestro máximo potencial* Editorial Océano México.
20. Franquen R. (1982) *Human motivation* Brooks/Cole Publishing Company Monterey.
21. Ginsburg G. y Bronstein P. "Family factors related to children's intrins/extrinsic motivational orientation and academic performance" *Child development* 1993 vol. 64 (5)
22. Gómez R. G. y Palacios M. C. (1995) "La autoestima de la mujer desde la perspectiva psicoanalítica" Tesis nivel licenciatura ENEPI.
23. González R. y Mitjans M. (1987) *La educación y el desarrollo de la personalidad: la personalidad, su educación y desarrollo* Edit. Pueblo y Educación México
24. Gordon T (1981) *Padres eficaz y técnicamente preparados* Edit. Diana México.

25. Gross R. (1994) *Psicología: la ciencia de la mente y la conducta* Edit. El Manual Moderno México
26. Guizar, D. (1993) "Solo una persona afectiva es efectiva" Tesis para obtener el grado de maestro en desarrollo humano Universidad Iberoamericana
27. Hamachek, D. (1981) *Encuentro con el yo* Edit. Interamericana México
28. Hosoi K. "A developmental study of motherhood" Japanese journal of family psychology 1991 Marz, Vol. 5(1)
29. Kalliopuska M. "Empathy, self esteem and creativity among junior ballet dancers" Perceptual and motor skills 1991 Dec. Vol. 3.
30. Kohnstamm R. (1991); *Psicología práctica del niño: Edad escolar*; Edit. Herder, Barcelona.
31. Liublinskaia A. A. (1971); *Desarrollo psíquico del niño*; Editorial Grijalbo, México
32. I. Janes R. (1996); "Los padres como promotores del desarrollo humano" Tesis nivel maestría Universidad Iberoamericana.
33. Moraleda M. (1995) *Psicología del desarrollo* Editorial Boixerau Universitaria España.
34. Mussen P. Conger J. y Kagan J. (1984) *Aspectos esenciales del desarrollo de la personalidad en el niño* Edit. Trillas México
35. Nassar Mc-Millan y Cashwell Craig "Building self esteem of children and adolescents through adventure based counseling" Journal of humanistic education an development 1997 vol. 137 (5)

36. Niwa Y. "Effects of expectations on academic achievement in school age children" Japanese journal of educational psychology 1988 Sep. Vol. 36 (3)
37. Olson J. y Zanna M. "Attitudes and a attitudes changes" Annual review of psychology 1994 vol. 45
38. Oñate M. (1989) *El autoconcepto: formación, medida e implicaciones en la personalidad* Edit. Narcea Madrid.
39. Palladino C. (1992) *Como desarrollar la autoestima para lograr el éxito personal* Edit. Iberoamérica México.
40. Papalia D. y Olds S. (1985) *Desarrollo humano* Edit. Mc-Graw Hill México
41. Parke R. D. (1986) *El papel del padre* Ediciones Morata Madrid.
42. Proto, L. (1994) *Sé tu mejor amigo: autoestima, salud y felicidad* Edit. Kairós Barcelona
43. Rawson Ph. y Cassady J. "Effects of therapeutic intervention on self concepts of children with learning disabilities" Child and adolescents social work journal 1995 february vol 12(1)
44. Rice, F. (1997) *Desarrollo humano* Edit. Prentice Hall México
45. Rodríguez E. (1985) *Autoestima: Clave del éxito personal* Edit. El Manual moderno México
46. Rubio, J. "Imagen familiar, imagen propia y rendimiento académico" Informes de psicología 1986 vol. 5(1)
47. Silder P. (1989) *Imagen y apariencia del cuerpo humano* Edit. Paidós Barcelona

48. Shor E., Stidley C. y Malspeis S. "Behavioral correlates of differences between a child's self esteem" *Journal of developmental and behavioral pediatrics* 1995 vol. 16(4)
49. Strommen A., Mckinney J. y Fitzgerald H. (1989) *Psicología del desarrollo: Edad escolar* Edit El manual Moderno México 1989.
50. Vega F. (1990) "Relación de autoestima y aprovechamiento escolar en un grupo de niños de primaria" Tesis nivel especialidad Postgrado UNAM Fac. de medicina.
51. Vigotsky (1972) *Pensamiento y lenguaje* Ediciones Quinto Sol México
52. Weinhaus F. (1994) *Una relación más dulce: Como aumentar la cooperación, responsabilidad y autoestima de su hijo evitando enfrentamientos* Edit Paidós Barcelona
53. Zeiller B., Couraud B. "Criminal children and teenagers: psychopathological aspects" *Journal early child development and care* 1994 oct vol. 103