



**UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.**

INCORPORACIÓN N° 8727-25 A LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

*PROPUESTA PARA LA MODIFICACIÓN DE LA DEPRESIÓN  
INFANTIL*

**TESIS**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

Karina Berenice Barajas Alejandre

Asesora: Lic. Mónica Jiménez Palomino

Uruapan, Michoacán, a 07 de Mayo de 2012.



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**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.

# ÍNDICE

## **Introducción.**

Antecedentes.....	1
Planteamiento del problema.....	6
Objetivos.....	7
Hipótesis.....	8
Justificación.....	9
Marco de referencia.....	13

## **Capítulo 1. Autoestima: parte fundamental para el desarrollo emocional de los niños.**

1.1 Concepto, elementos y conformación de la autoestima infantil.....	17
1.2 Influencia del contexto escolar para el desarrollo de la autoestima infantil....	23
1.3 Estrategias para el trabajo de la autoestima infantil.....	29
1.4 Influencia de la autoestima infantil en el desarrollo de los estados de ánimo...	40

## **Capítulo 2. Trabajo con el desarrollo psicológico de los niños desde una perspectiva teórica psicosocial.**

2.1 Teoría psicosocial y su modelo de trabajo.....	46
2.2 Eficacia del enfoque psicosocial para el tratamiento en problemáticas del estado de ánimo en la niñez.....	50

### **Capítulo 3. Depresión infantil.**

3.1 Concepto de depresión infantil y sintomatología.....	54
3.2 Causas familiares y escolares de la depresión infantil.....	58

### **Capítulo 4. Metodología, análisis e interpretación de resultados.**

4.1 Descripción metodológica.....	62
4.2 Descripción de la población.....	70
4.3 Descripción del proceso de investigación.....	71
4.4 Análisis e interpretación de resultados.....	74
4.4.1 Intervención estratégica en la modalidad de taller.....	74
4.4.2 Indicadores de depresión infantil que se presentaron con mayor frecuencia en los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57.....	85
4.4.3 Efectos del taller en la depresión infantil.....	90
Conclusiones.....	94
Bibliografía.....	98
Otras fuentes de información.....	104

# INTRODUCCIÓN

La presente investigación se enfoca a determinar los cambios en los niveles de depresión presentados por los alumnos de una primaria pública, posterior a un taller para la reestructuración la autoestima. Previo al trabajo teórico y metodológico, en el presente apartado se muestran los elementos contextuales necesarios.

## **Antecedentes**

A lo largo de la historia, los estudios realizados acerca de la depresión, con regularidad ligan este trastorno con sucesos como pérdidas de familiares, relaciones de pareja, enfermedades, relaciones sociales, entre otros, y están enfocados a investigaciones en la población joven o adulta. Existen en menor medida resultados que expongan la depresión en la infancia, y de manera aún más escasa cómo trabajar para disminuirla.

Al respecto, en la presente indagación se trabajó con un taller para la reestructuración de la autoestima, entendiendo como taller a un espacio de trabajo en el cual se llevan a cabo actividades lúdicas que facilitan el aprendizaje, por medio de la experiencia, para enriquecer en este caso la autoestima de los niños.

De acuerdo con esto, Maya (2007) señala que un taller es un escenario donde se repara, construye o crea algo, un espacio que permite el trabajo cooperativo para aprender junto a otros.

En este estudio se pretendió que por medio de un taller para la reestructuración de la autoestima, se disminuyera la depresión infantil, la cual es un trastorno del estado de ánimo; tal como lo dice De la Portilla (2006) pertenece a los trastornos del estado de ánimo, en donde hay pérdida de control del humor.

Para poder conocer más acerca de la depresión infantil y los talleres de autoestima, es necesario conocer los estudios que se han realizado con base en estas dos variables, entre los que se encuentra el publicado por la Revista de Psicología general y aplicaciones, de la Universidad de Valencia (Frías; 1994) en donde se estudió la relación existente entre autoestima y depresión infantil, con 656 niños y 630 niñas, todos españoles. Para la evaluación de la autoestima se empleó el cuestionario A-1 de Mortorell y Silva, mientras que para medir la depresión se aplicó el test denominado Children's Depression Inventory, cuyos autores son Kovacs y Beck. Como resultado se determinó una correlación positiva, sobre todo con los síntomas de ansiedad y aislamiento.

Un estudio en que se aplicó un taller fue el que llevaron a cabo Nava y Suárez (2007) en el que proponen un programa para elevar el autoconcepto y evaluar al finalizar dicho programa, para saber si realmente hubo un cambio positivo del mismo. Se tuvo como población a 30 niños de entre 6 y 10 años de edad; se logró como

resultado al finalizar el taller, mejoras en su autoconcepto como fueron: el reconocimiento de capacidades y sensación de bienestar, así como la concepción de sí como niños valiosos.

Otro estudio realizado, similar al que se presenta en esta investigación, fue realizado por Báez y Barrios (2008), en el que pretendieron modificar la autoestima por medio de la aplicación de un taller a un grupo de niños de segundo grado de primaria, con edades de entre 7 y 8 años de edad, a quienes se les aplicó un cuestionario antes y después del taller, el cual estuvo basado en la aplicación de varias dinámicas y prácticas que optimizaban el proceso de desarrollo de autoestima. Se determinó como resultado un aumento en el nivel de esa variable.

Por otra parte Salazar y Uriegas (2006) realizaron un estudio similar al anterior, en el cual, por medio de un taller de autoestima con enfoque humanista, pretendían elevar el nivel de autoestima de niños de sexto grado de primaria, aportándoles experiencias positivas durante dicha intervención para que tuvieran herramientas personales que les permitieran incrementar su autoestima. El resultado fue favorable, ya que al finalizar el taller se obtuvo un acrecentamiento de dicho atributo.

La problemática de depresión infantil presente en la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, se observa en la frecuencia de conductas de irritabilidad en los alumnos, las cuales a menudo van acompañadas por llantos y actitudes de inseguridad cuando los profesores piden a ciertos niños que

realicen algunas actividades. Asimismo, es posible identificar procesos depresivos en estos alumnos cuando con frecuencia externan respuestas agresivas a compañeros y maestros si existe un intento de acercamiento o de comunicación afectiva.

Los niños manifiestan sintomatologías como pérdida del contacto físico con sus compañeros y maestros, rompen objetos dentro del aula, los arrojan o golpean con ellos a sus compañeros.

Otro de los rasgos que se pueden observar dentro de contexto escolar es la tristeza, el pensamiento catastrófico manifestado de forma verbal por los niños al decir que todo les sale mal, que no desean quedarse en la escuela porque que les puede pasar algo desagradable; el llanto sin motivo aparente es otra de las situaciones recurrentes, así como sentimientos de inadecuación que los llevan a la pobre o nula integración con sus compañeros de clase, poca autoestima que se ve reflejada en el interés hacia su persona, comentarios negativos acerca de sí mismos, el desagrado porque los vean, la poca participación en todas o la mayoría de las actividades realizadas en clase debido a que no se consideran aptos para realizarlas, disminución en la manifestación de la capacidad intelectual que se puede reflejar en el bajo aprovechamiento de la clase, en bajas calificaciones, poca participación en clase y falta de energía, lo cual se aprecia en la poca movilidad y procesamiento intelectual. Además de ello, no muestran interés o iniciativa hacia las actividades impuestas por el profesor o las que los niños desean realizar, hay poca capacidad para el placer, no juegan, no disfrutan el juego y por ello no lo practican, hay poco movimiento físico, se mantienen alejados de sus compañeros, son

callados, retraídos, en ocasiones manifiestan preocupaciones por la muerte propia o angustia por la muerte o separación de algún familiar; temen exponerse, a leer frente a la clase, a la realización de actividades frente a la clase. Presentan además problemas con el control de impulsos como son el golpear a otros niños, ser groseros y no prestar atención a las normas sociales; manifiestan poca aceptación de sí mismos, poca capacidad para la interacción social, para dar y recibir tanto afecto como ayuda.

## **Planteamiento del problema**

La depresión en la niñez es un campo que no se estudiaba debido a la falta del conocimiento de que esta condición también se presentaba en los niños, ya que tiene un aspecto distinto a la que padecen los adultos. En los pequeños la depresión puede aparecer como la incapacidad para disfrutar el juego, en ocasiones no se detecta debido a que no parecen estar tristes, dado que sí tienen actividad durante el día.

Es por lo anterior que se pretende descubrir si la depresión infantil puede disminuir al aumentar la autoestima de los niños de la Escuela Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, pues en esta institución no tienen el conocimiento de cómo identificar la depresión en su población estudiantil, ni cuentan con algún programa que les permita tratar este problema, ni con estrategias o herramientas para disminuir la depresión, aumentar la autoestima, mejorar el autoconcepto y autoimagen de los educandos.

Ante la ausencia de investigaciones al respecto en el contexto de investigación estudiado, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Existe diferencia significativa entre los niveles inicial y final de depresión presentados por los alumnos de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, después de participar en la aplicación de un taller terapéutico para la reestructuración de la autoestima por medio del juego?

## **Objetivos**

Para el logro adecuado de la presente investigación y la sistematización de su proceso, se estructuraron los siguientes objetivos.

### **Objetivo general**

Determinar si existe una diferencia significativa entre los niveles inicial y final de depresión presentados por los alumnos de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, después de participar en la aplicación de un taller para la reestructuración la autoestima por medio del juego.

### **Objetivos particulares**

1. Describir las teorías del desarrollo que fundamentan el trabajo para la reestructuración de la autoestima infantil en la modalidad de taller.
2. Establecer los criterios de la autoestima infantil normal.
3. Determinar los criterios de la depresión infantil.
4. Describir los indicadores de depresión infantil que se presentaron con mayor frecuencia antes del taller para la reestructuración de la autoestima en los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57, de Uruapan, Michoacán.
5. Describir las estrategias implementadas en el taller enfocado al incremento de la autoestima desde un enfoque psicosocial con el fin de disminuir la depresión infantil.

6. Describir las técnicas con las que se observaron cambios en los indicadores de depresión infantil de los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, durante la aplicación de un taller para la reestructuración de la autoestima.
7. Identificar cuáles fueron las modificaciones realizadas en los indicadores de la depresión infantil de los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, durante el proceso del taller de autoestima.

## **Hipótesis**

Las siguientes explicaciones tentativas sobre la realidad examinada, se plantearon después de una revisión inicial de la bibliografía existente sobre el tema.

### **Hipótesis de trabajo**

Existe disminución significativa en los niveles de depresión presentados por los alumnos de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, después de participar en la aplicación de un taller terapéutico para la reestructuración de la autoestima por medio del juego.

### **Hipótesis nula**

No existe disminución significativa en los niveles de depresión presentados por los alumnos de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán,

después de participar en la aplicación de un taller terapéutico para la reestructuración de la autoestima por medio del juego.

## **Justificación**

Es de suma importancia realizar investigaciones que amplíen los estudios respecto a la depresión infantil, para conocer si al aumentar el nivel de autoestima se puede disminuir el nivel depresivo, por ende, la presente sirve como referencia en el proceso de diagnóstico y tratamiento de dicho trastorno.

Indagar en esta problemática es de suma relevancia para la psicología en general, ya que la depresión infantil carece de investigaciones. El presente estudio aporta mayor conocimiento acerca de un tema propio de la psicología, lo que permite contar con más información que indique cual es la relación entre la depresión infantil y la autoestima.

Es necesario corroborar si el autoconcepto, autoimagen, el reconocimiento de cualidades y habilidades son de trascendencia en el tratamiento de la depresión.

La pedagogía, dentro del ámbito de educación infantil, obtiene provecho de esta investigación, pues a partir de ella esta ciencia puede conocer más acerca del trastorno; al trabajar con niños que padecen depresión infantil y problemas de aprendizaje, se pueden elaborar estrategias educativas a partir de la presente.

Esta investigación tiene beneficios directos para los psicólogos, pues a través de este estudio es posible conocer cómo trabajar con la depresión infantil en relación con la autoestima, además de dar a conocer los efectos del aumento de la autoestima en la depresión. Los pedagogos pueden aumentar su perspectiva general acerca de la depresión infantil y la autoestima, ayudándoles a detectar el problema y a saber canalizarlo de la manera más conveniente.

Por otra parte, la presente investigación es un antecedente para otras futuras, pues a partir de lo obtenido en ella se pueden realizar estudios que profundicen acerca de la depresión infantil y la autoestima, no sólo en esta correlación, sino también en estudios que pretendan demostrar efectos positivos del aumento de la autoestima, disminución de la depresión, o cualquier otra que involucre alguna de estas dos variables.

La Escuela Primaria Constitución del '57 obtiene mejoras a partir de esta indagación, pues es útil no sólo para los profesionistas de la salud mental, sino también para que los docentes tengan una visión general acerca del tema de la depresión infantil y aún más, contar con información que les permita saber cómo contribuir para mejorar dicha situación.

El docente puede aprender por medio de este estudio a detectar los rasgos más característicos de la depresión infantil, siendo beneficiado el alumnado partícipe de esta investigación, ya que los resultados se reflejarán en ellos, beneficiando su desarrollo personal en cuanto al aumento de su autoestima y autoconocimiento,

fortaleciendo la seguridad personal a través de la reestructuración de una imagen positiva.

La Universidad Don Vasco, A.C., de Uruapan, Michoacán, se ve favorecida al aumentar el número de investigaciones existentes sobre el tema, ya que su alumnado tendrá acceso a este estudio, lo que a su vez puede generar nuevas aportaciones y acrecentar la exploración del tema. Cuando los alumnos de la institución mencionada egresan, es necesario que presenten una tesis, con dicho fin pueden leer esta investigación y extraer sus resultados para que forme parte de las bases de sus estudios; los estudiantes que deseen saber acerca de la depresión infantil y autoestima tienen información al alcance para responder a sus dudas.

Al lector en general, que se interesa por este tema, le provee de nuevo conocimiento para su acervo personal, generando en él nuevas inquietudes que podrían convertirse en sustanciales investigaciones para la ciencia en general.

Explorar esta problemática de manera directa es provechoso, pues cimienta las bases para poder establecer soluciones con las que se beneficien los afectados, incrementando la panorámica del investigador; de igual manera, pone a prueba sus capacidades como tal y le da pautas para asimilar el conocimiento que emplea como científico y profesionalista.

Es de suma importancia contar con estudios que amplíen los conocimientos psicológicos, brinden a los profesionistas material para poder trabajar con la

depresión infantil y, finalmente, que investigadores futuros cuenten con antecedentes para realizar nuevas aportaciones.

## **Marco de referencia**

La institución en donde se llevó a cabo este estudio fue en la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, ubicada en la calle Colombia No. 1148, en la Colonia Los Ángeles, que se encuentra al sureste de la ciudad.

La misión de la institución es: “lograr de la manera más eficiente posible, los propósitos educativos de los planes y programas de estudio de educación básica, que los maestros sean conscientes de la responsabilidad que conlleva su quehacer en el proceso de enseñanza-aprendizaje, que la escuela deje huella en los alumnos, que les permita continuar estudiando y desarrollen sus habilidades para que sean capaces de resolver sus problemas, contribuyendo así con su calidad de vida.”

La Escuela Primaria Constitución del '57 cuenta con dos turnos laborales: matutino y vespertino, sin embargo, el presente estudio se enfoca solamente en el primero.

La Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, tiene un cerco perimetral de mampostería en su base, cubriendo los 380 m de su contorno, el 50% de la parte posterior es de malla ciclónica y el resto, de reja de metal tubular.

La escuela se compone de tres edificios, uno de dos niveles y dos de uno solo, en los cuales están distribuidas doce aulas, dos direcciones y dos sanitarios, uno para niñas y otro para niños. Además cuenta con un salón de usos múltiples, así

como un patio para actividades cívicas, dos canchas para básquetbol y un espacio como campo para fútbol. Cuenta también con espacios para jardines y juegos mecánicos para los niños más pequeños y un local para cooperativa.

Las aulas cuentan con butacas, mesabancos binarios, pizarrones en algunas aulas y en otras pintarrones; barras de luz, escritorios, sillas, un equipo de sonido en la dirección del plantel, libros de texto gratuitos, anaqueles y cómodas para material didáctico.

Existen dentro de la institución 12 maestros frente a un grupo, cada uno con estudios normalistas, de los cuales once son de sexo femenino y uno masculino, todos ellos son casados. Hay un maestro de educación física y uno más de danza regional, un director, una secretaria en dirección y dos intendentes, quienes cuentan sólo con una educación a nivel primaria. Hacen un total de 18 empleados: 14 mujeres y 4 hombres.

La escuela cuenta con 348 alumnos, de los cuales 146 son varones y 202 son mujeres, con un rango de edad de 6 a 12 años de edad, con un nivel socioeconómico medio y bajo, son residentes en su mayoría de las colonias los Ángeles y Emiliano zapata; las familias de los niños tienden a ser nucleares, aunque algunas de ellas tienen padres divorciados y algunos de los niños viven con la madre y los abuelos.

La población total se distribuye en doce salones, distribuidos en dos grupos de cada grado, de primero a sexto. Los grupos con que se trabajó en la presente

investigación son los de tercero y cuarto, con un rango de edad de 8 a 10 años, de los cuales se eligió una muestra a partir de la aplicación de un instrumento de evaluación para determinar cuáles de los niños presentan rasgos de depresión y así, trabajar con ellos.

La muestra elegida fueron 15 niños, de los cuales ocho son de sexo masculino y siete de sexo femenino con una edad entre siete y nueve años. Cinco de los niños pertenecen a 3° A, dos a 3° B, cuatro a 4° A y cuatro a 4° B, esto es, la muestra se conformo por niños de cuatro grupos diferentes, los cuales presentaron de acuerdo con el Test Inventario de Depresión Infantil de Kovacs un grado de depresión grave, lo que fue decisivo para elegir a esta muestra.

## **CAPÍTULO 1**

### **AUTOESTIMA: PARTE FUNDAMENTAL PARA EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS**

Cuando nace, el hombre es un ser vivo que no posee conocimiento del mundo ni de sí mismo; conforme va creciendo interioriza lo que su entorno le provee, incluso lo que respecta a la valoración de sí mismo y a la formación de sentimientos positivos; todo esto es parte de la autoestima, la cual se desarrolla en la niñez y aunque en las demás etapas de la vida se puede reestructurar, en ésta comienza su formación.

La autoestima es una parte esencial en el desarrollo integral de los niños, pues cuando está disminuida, ellos son incapaces de reconocer sus habilidades y potenciales a desarrollar, es por ello que resulta importante la influencia que tiene el contexto aunado a la experiencia de los niños, y por ende la familia, la escuela, las figuras cercanas y representativas son factores de gran influencia en la conformación de la autoestima. En otras palabras, los niños se desarrollan de acuerdo con el medio en que viven.

Para comprender mejor lo que es la autoestima y cómo se desarrolla, a continuación se explica su concepto y conformación.

## **1.1 Concepto, elementos y conformación de la autoestima infantil.**

La autoestima se conforma en la etapa de la niñez, por lo cual se comienza definiendo dicho atributo en la fase de la infancia. La autoestima en la infancia es el sentimiento de aprobación, valía y juicios que los niños realizan acerca de sus habilidades y capacidades, es la forma en que se perciben de acuerdo con la valoración y el grado de satisfacción que tienen sobre sí mismos.

La autoestima es la percepción que los niños tienen de su imagen, de una apreciación positiva en su autoconcepto, que se ve manifiesta en sus actitudes y comportamiento de acuerdo con lo que sienten y piensan de sí.

Respecto a lo que es la autoestima, Posse y Melgosa (2006) señalan que es una configuración organizada que los niños tienen de su físico, capacidades y limitaciones, lo cual les facilita o dificulta relacionarse con los demás; es el retrato consciente de cómo se consideran y qué esperan de sí con respecto a su capacidad.

Si bien parte de la autoestima es el sentimiento de aprobación o desaprobación que los niños tienen de sí, este sentir no surge únicamente de su interior, sino que existe una influencia externa, los menores esclarecen su autoestima a partir de lo que las figuras significativas manifiesten sobre su persona, de este modo, si le son reflejados a los niños sus aspectos positivos, es probable que aumenten la percepción éstos en su persona.

Por tanto, la autoestima es proveniente de una fuente psicológica y social, puesto que los estímulos procedentes del medio en que se desarrollan los infantes son interiorizados y acumulados a los pensamientos y sentimientos propios sobre sí.

De acuerdo con González (2001) la experiencia influye en la evaluación que los niños realizan sobre sí; el valor que creen que otros le asignan hace que se conforme una estimación acerca de la propia valoración, coincidiendo en este sentido con Carl Rogers (citado por Posse y Melgosa; 2006) señalando que los niños formulan sus percepciones a partir de su realidad y ésta se conforma a partir del grado de aceptación social que perciben.

Por otra parte, la estructura de la autoestima se conforma por algunos elementos como el autoconcepto, autoimagen, experiencias y valía personal, que conforman en conjunto la autoestima, es por ello que la autoestima es susceptible de una reconstrucción, ya que al modificar la percepción que los niños tienen sobre sí mismos respecto a estos elementos, se puede reconfigurar su autoestima.

El ser humano está en constante cambio, viviendo experiencias nuevas, y a la vez reestructurando pensamientos, es por ello que se puede modificar la autoestima de los niños, pues si son estimulados de la manera adecuada, se puede ver favorecida su autoestima.

De acuerdo con lo anterior, Posse y Melgosa (2006) señalan que la autoestima en los niños está constituida por el aspecto físico, imágenes sensoriales,

recuerdos personales, autoimagen, influencia del entorno y la percepción del propio ser; todos estos elementos se pueden reconstruir, con el proceso de aprender a valorarse como seres humanos, de acuerdo con Bosch y cols. (2006), de esta manera se fortalece a los niños para enfrentarse a la vida con sus potenciales.

Cuando los niños perciben aceptación, se sienten valorados, se les permite equivocarse sin realizar burla de ello, se sienten amados, conocen sus capacidades y además son reconocidas, entonces conforman una autoestima que les ayuda a ampliar características favorables, como desarrollar sus capacidades y potenciales, ser más seguros, tener confianza, iniciativa y experimentar nuevas situaciones, ya que no temen desenvolverse en las actividades diarias y esto les permite mantener un ánimo estable y alegre.

Por otra parte, López (2006) afirma que los niños con estima adecuada, desarrollan mayormente sus fortalezas, y afrontan situaciones adversas sin decaer, sino manteniendo una actitud positiva; son más responsables y se valoran más a sí mismos, tomando en cuenta sus cualidades y limitaciones.

La autoestima, de acuerdo con lo anterior, tiene repercusiones positivas cuando un niño la desarrolla, por lo tanto, es necesario que se conforme de una manera positiva, ya que de lo contrario, esto es, cuando los niños no tienen una imagen y un autoconcepto favorable, o bien, cuando no reconocen sus capacidades, serán más fácilmente derrumbados por situaciones difíciles. Es por ello que la autoestima es indispensable para el sano desarrollo emocional y su conformación

positiva debe darse si se desea propiciar un adecuado desenvolvimiento de capacidades.

En ese sentido, González (2001) menciona la influencia de la autoestima en el pensamiento, aprendizaje, relaciones y comportamientos de los niños y explica que cuando la autoestima es positiva, tiene efectos favorables en los elementos antes mencionados; señala que esta situación es esencial para la adaptación de los niños y para una mayor salud mental.

La conformación de la autoestima se da por medio del contacto que los niños tienen con su medio, y el amor que reciben, puesto que éste es interiorizado y experimentado en sí mismos, para ello deben sentirse aceptados y valiosos; si tienen pensamientos y creencias positivas hacia sí, que a su vez son reforzadas por los demás, la autoestima se conformará de manera positiva.

Retomando nuevamente a González (2001), se afirma que es indispensable que los niños se sientan dignos de cariño y se experimenten como tales; asimismo, que los mensajes que reciban tanto verbales como no verbales, sean de aceptación y cariño, y sobre todo que sean de personas importantes para ellos.

Como se ha venido exponiendo, para la conformación de la autoestima existen factores relevantes como el medio ambiente, por lo que se abunda sobre la familia, que se considera como una fuente de influencia sobre la autoestima.

Los padres y miembros de la familia comúnmente son las figuras significativas, y por lo tanto influyen directamente la conformación de la autoestima. Cuando a los niños les falta apoyo, aprobación, tolerancia o son sobreprotegidos por los padres, se crea en ellos la falta de autoestima positiva, pues necesitan ser reforzados, saber que se confía en sus capacidades y que se exige de acuerdo con ellas para poder sentirse capaces y valorarse de acuerdo con ello.

Aunque la autoestima no es el resultado directo de la interacción entre hijos y padres o hermanos, la forma en que se trata a los niños influye en la conformación de su autoestima. Cuando la información que reciben acerca de su cuerpo es positiva, si se realzan sus capacidades, se les da importancia a sus opiniones, se les exige de acuerdo con su edad sin pedir más de lo que pueden dar y menos de lo que son capaces, entonces, los niños tendrán una concepción más real de sí mismos y por tanto, presentarán una autoestima más favorable.

En este sentido, Posse y Melgosa (2006) indican que los agentes de mayor influencia sobre la autoestima infantil son los padres, ya que los niños afirman y desarrollan su autoestima a partir de ellos de modo que pueden nutrirse positivamente.

Cuando los padres crean un ambiente familiar restrictivo, en donde no se permite la expresión ni se acepta la forma de ser de los niños, sometiéndolos por ello a un régimen represor, entonces la conformación de la autoestima no se verá favorecida.

De acuerdo con lo anteriormente mencionado, Mendoza (2006) e Izquierdo (2007) indican que cuando los padres tienen un método de control rudo, autocrático y en ocasiones hostil y frío, en donde no esperan mucho de sus hijos, éstos crecen con una pobre estima de sí mismos; en cambio, si el tono afectivo de la familia se presenta en un ambiente cordial, los niños no se sentirán disminuidos propiciando una mejor autoestima.

Existen además de los factores como medio ambiente, del contexto escolar y familiares, figuras significativas que propician el desarrollo de la autoestima, puesto que su interés en los niños y el reconocimiento que estas personas dan a sus triunfos, proporcionan un favorecimiento en la autoestima.

Corner y Kagan (citados por González; 2001) destacan al respecto las evaluaciones de los demás, la cantidad de éxitos, así como las experiencias negativas, como influencias en la constitución de la autoestima en los niños.

La autoestima se define a partir del contexto ambiental, de la familia y de la expresión de aceptación de personas significativas para el menor, todo esto es adoptado por los niños para conjuntarlo con experiencias personales y comparación de sus capacidades, así forman su autoestima en sentido positivo o negativo, dependiendo de cómo hayan sido estos factores; entre ellos también se encuentra el ámbito escolar, el cual también tiene un influjo en la construcción y desarrollo de la autoestima y por ello se aborda de manera específica a continuación.

## **1.2 Influencia del contexto escolar para el desarrollo de la autoestima infantil.**

El contexto escolar es uno de los espacios en los que permanecen los niños por mayor tiempo después del hogar, en él interactúan con personas no pertenecientes a su familia, se les exige un rendimiento y necesitan de sus capacidades para desenvolverse adecuadamente.

En la escuela, los niños deben expresar y demostrar habilidades, pero no sólo eso, sino también comienzan a formar consideraciones acerca de sí mismos con base en su rendimiento y el de los demás.

Duque (2005) señala que el ambiente de la vida escolar, debe permitir a los niños expresar sus sentimientos, temores, alegrías y valores, ya que la manifestación de todo esto enriquece su autoestima.

El desenvolverse en un contexto escolar hace que los niños se comparen con los demás, a partir de ello se miden y valoran; además, también tienen que enfrentarse a las evaluaciones que los demás hacen de ellos: en la escuela tienen un recordatorio diario de sus limitaciones o aptitudes, se les castiga o recompensa por ello, tienen que enfrentarse a lo que los demás opinan, ya sean compañeros o maestros, los cuales les colgarán una etiqueta que deberán sobrellevar y que contribuirá en la conformación positiva o negativa de su autoestima.

En la escuela, en la mayoría de las veces no se toman en cuenta las cualidades positivas que los niños desarrollan fuera de ella, ya sea en actividades extras o en el hogar, por ello, cuando los niños son juzgados por un bajo desempeño en alguna actividad escolar y se les generaliza como sujetos sin habilidades, puede provocarse el decaimiento del autoconcepto y con ello, de su autoestima.

De acuerdo con lo anterior, Maldonado (2006) señala que cuando los niños ingresan a la escuela, comienzan a construir su autoconcepto y autoestima con base en su desempeño escolar, y no del que realizan fuera de ella o en sus hogares; se comparan tanto física como intelectual y psicológicamente, esto tiene repercusión directa en su autoestima.

La competencia es otro elemento presente en la vida escolar de los niños debido a la comparación y medición que hacen de sus habilidades, esto ocurre principalmente en el desempeño escolar mostrado por medio de calificaciones, la pugna hace que los niños se clasifiquen respecto al lugar de aptitud que perciben que tienen en comparación con los demás.

La competencia puede generar un sentido positivo o negativo dependiendo de la percepción de cada niño hacia ella, si los niños ven la competencia como un motivo para superarse, ésta será benéfica, pero si el por el contrario, la perciben como una fuente de evidencia a sus limitaciones, se genera un sentimiento de inferioridad que repercute en su autoestima.

Por ello, Posse y Melgosa (2006) indican que dentro de la escuela los compañeros colaboran a la conformación de la autoestima, puesto que por medio de la comparación y competencia los educandos se sitúan en un status de inferioridad o incapacidad para realizar las diversas actividades.

La atribución interna o externa que los menores realizan de cada uno de sus éxitos, también contribuye a su seguridad, autoestima y estado de ánimo, pues consideran que su éxito se debe a las circunstancias, a la incapacidad de los demás o a la suerte. Esto es, si los niños se perciben a sí mismos como débiles e incapaces, se producirá en ellos un sentimiento de fracaso y desdicha; por el contrario, si se sienten capaces y atribuyen sus éxitos a fuentes internas, como son sus capacidades, tendrán la sensación de plenitud.

En cuanto a esto, Guitard (2002) señala que los éxitos que los niños presentan gracias a sus aptitudes, favorecen su autoestima, mientras que aquellos triunfos en los cuales cree que tuvieron influencia otras personas, hacen que se demerite a sí mismo, lo cual influyendo en el decaimiento de su autoestima.

A medida que los pequeños van acumulando éxitos escolares, se fortalece su autoestima y se hacen conscientes de sí en cuanto a sus habilidades, y de esta forma pueden identificar sus potencialidades, fortalezas y debilidades, pueden ser capaces de percibirse habilidosos en alguna área y reconocer en que ámbito requieren ayuda, sin percibirla como signo de debilidad.

De acuerdo con Kail (2006), a menor cantidad de fracasos académicos, los niños desarrollan un sentido positivo de sí, sabiéndose capaces de desarrollar sus habilidades y no presentan temor a sus deficiencias.

No sólo la competencia, la comparación o los éxitos en el área escolar tienen una influencia sobre la autoestima, también el rechazo hacia los niños en esta etapa escolar deja que la autoestima se vea menguada, esto puede ocurrir por diversos factores tales como: agredir o ser agredido por sus compañeros, estado socioeconómico bajo, apariencia física no deseable o por presentar ideas diferentes a la mayoría de sus compañeros.

Otro factor influyente de manera negativa en la autoestima son las presiones ejercidas por maestros y compañeros, en donde los menores son constantemente acosados para que logren realizar alguna actividad de manera certera, o con comentarios constantes acerca de sus deficiencias.

En este sentido, Piñuel y Oñate (2007) señalan que las fuentes de disminución de autoestima en la escuela son las situaciones que pueden ser fuente de discriminación, al igual que la frecuente exigencia por realizar actividades para las cuales los alumnos aún no están preparados.

Por lo tanto, existen limitaciones que pueden obstaculizar el desarrollo de la autoestima en el contexto escolar, entre los que se encuentran los expuestos a continuación.

La violencia que los compañeros pudieran llegar ejercer sobre los niños, así como burlas, disminuye la autoestima, puesto que su valía personal se ve directamente afectada.

Cuando los pequeños permiten que se les violente, se debe a la percepción de poca valía que tienen de sí, es ocasionado por el producto de la violencia ejercida en el hogar, o por sometimiento en el mismo.

De acuerdo con Lefrancois (2005), los infantes pueden sufrir de violencia escolar, la cual deteriora la autoestima, que puede deberse a la minusvalía proveniente de hogares agresivos y autoritarios.

Otra de las limitantes es la discrepancia entre valores recibidos en la casa y los que se establecen en la escuela, debido a que los niños tienden externar los valores aprendidos en el hogar en el centro educativo, generando conflicto entre el alumno y sus compañeros y maestros.

Al respecto, García (2008) afirma que los valores y normas de escuelas suelen concordar más con los hogares de status socioeconómicos elevados que con los de nivel inferior, suscitando problemas entre la escuela y el hogar cuando no hay coincidencia.

Una limitante más es la discriminación que se da a los niños por causas como la raza, género, status económico, entre otras, que provoca un rechazo que los niños

viven en la escuela, lo que a su vez favorece su alienación, inseguridad y daño a su autoestima. Sustentan lo anterior Ansión y Villacorta (2004), al señalar que la discriminación en la escuela provoca inseguridad y pérdida de autoestima.

El bajo rendimiento escolar forma también parte restrictiva para el desarrollo de autoestima, puesto que la poca satisfacción provoca un autoconcepto y autoimagen con deterioro, así como sentimientos de incapacidad e inutilidad para realizar diversas tareas.

Mencionan Zenha y cols. (2001) que el bajo rendimiento escolar favorece el deterioro de la autoestima, la valía de sí mismo, el reconocimiento de capacidades y habilidades; todo ello deja sentimientos de vacío.

Los niños son receptores en el contexto familiar y escolar, lo que reciben de estos ambientes es importante para favorecer o menguar su autoestima, los chicos interiorizan para sí lo que están percibiendo; si se sienten rechazados, burlados, humillados, maltratados, anulados o discriminados, es probable que el desarrollo de su autoestima se vea desfavorecido; por el contrario, si se sienten aprobados, reconocidos, amados, valorados y cuidados, entonces su autoestima se incrementará favoreciendo su desarrollo.

Debido a lo anterior, es indispensable facilitar el desarrollo de la autoestima en los niños, para ello se pueden llevar a cabo tácticas que propicien el aumento de

dicha característica, por lo que se ha dedicado el apartado siguiente a las estrategias para favorecer la autoestima.

### **1.3 Estrategias para el trabajo de la autoestima infantil**

Los niños, tal como se revisa en el subcapítulo anterior, son susceptibles a lo que el entorno le proporciona y cuando éste no es favorecedor, decrementa su autoestima, en dicho caso, se pueden implementar estrategias que faciliten el aumento de la autoestima.

Las estrategias a revisar en este apartado son aquellas que permitan reestructurar la autoestima infantil, de tal manera que se aprovechen las fortalezas que los niños manifiestan en dicha construcción y, a partir del trabajo terapéutico del taller, disminuyan las limitaciones a su crecimiento emocional.

Las estrategias para el desarrollo de la autoestima infantil deben permitirles aumentar su valía personal, fomentar el desarrollo de un autoconcepto favorable, esto es, propiciar que los pensamientos que tienen de sí mismos se nutran de manera positiva con el reconocimiento de sí, también es importante que faciliten las relaciones con otros y la aceptación personal.

Al respecto, Alberca (2001) señala la relevancia de la validación y aprobación del menor como medida de intervención para el aumento de su autoestima. Esta característica, como se expresó en el primer apartado, es resultado de fuentes

internas y externas, por ello es importante que las estrategias permitan que los niños se perciban pertenecientes a un grupo, de tal forma que se identifiquen con él y se sientan aceptados por el mismo, con habilidades que le faciliten el comportarse de manera adecuada en diferentes ámbitos, como son el desarrollo de los valores sociales y las competencias personales, de los cuales se habla más adelante, todo esto le sirve para desarrollarse dentro de un grupo y en sociedad.

En este sentido Riso (2009), en coincidencia con Gordon (2001), ponen de manifiesto que el aumento de la autoestima debe centrarse en dos áreas: la aceptación social y las competencias generales, las cuales se refieren en esta etapa escolar a los dominios: académico, deportivo, habilidades intelectuales y motrices y el aspecto físico.

El desarrollo de la autoestima debe estar lo más acercado a promover una modificación interna que al ser proyectada al exterior, se vean mejoradas sus relaciones sociales, como son la convivencia y aceptación con otros.

Entre las estrategias para el aumento de la autoestima se encuentran:

- *Ayudar a reforzar el amor propio.*

Debe reforzarse a través del reconocimiento, puesto que esto permite a los niños creer en su propia capacidad y de esta forma, valorarse a sí mismos, no

significa que deba atribuirse a los niños capacidades que no tienen, pero sí aceptarlos y reconocerlos por lo que poseen.

Asimismo, “el refuerzo del amor propio de un niño requiere que los adultos reconozcan, respeten y acepten la constitución única de cada niño” (Posada y cols.; 2004: 50).

El amor propio es vital para que los niños puedan aceptarse, incluirse en sociedad y reconocerse como capaces de desarrollar sus potenciales, es de los aspectos primordiales a incrementar en los niños, ya que de éste dependen otros aspectos como son el reconocimiento de sus capacidades, la aceptación, poder relacionarse interpersonalmente, percibirse como competentes, lo que a su vez les permite percibirse con mayor valía e incrementar su autoestima.

El bienestar emocional, afectivo y mental de acuerdo con Duque (2005), dependen del amor propio que los niños desarrollen, puesto que la autoestima es la medida del amor propio y la referencia con la cual los niños se proyectan al exterior.

El amor propio es importante para poder cimentar en los infantes la confianza en sí mismos, ya que les permite reafirmarse para después poder sentirse y saberse capaces.

- *Ayudar a fomentar la confianza en sí mismo*

La confianza en sí mismo es creer en las capacidades propias, en poder desarrollarlas, en que se pueden enfrentar nuevos retos, es la característica que define la determinación para arriesgarse a realizar las actividades que se desean, es el empuje que fortalece la convicción de que se es apto para enfrentarse a los retos de la vida.

La confianza se refleja en los niños por medio de su iniciativa y participación activa, en la independencia para realizar acciones que es capaz de llevar a cabo de acuerdo con su edad, y si comete errores, los reivindica volviendo a intentar.

El convencimiento de que es capaz de realizar una tarea con éxito, menciona Alles (2004) es la confianza en sí mismo, así como el abordaje de nuevos desafíos con un pensamiento positivo respecto a los resultados, y esta característica se ve reflejada en la perseverancia, la ausencia de vergüenza y culpa; en este caso, el infante no duda de sus capacidades ni teme emplearlas.

Cuando los niños carecen de confianza, temen llevar a cabo tareas nuevas, por miedo al fracaso, a la exposición de sus limitantes ante los demás, o porque en algún momento aprendieron que cometer errores era incorrecto; este miedo limita su desarrollo y opaca sus capacidades, ya que al no experimentarlas dejan de descubrirlas.

Retomando a Posada y cols. (2004), señalan que la confianza en sí mismos se ve limitada cuando los niños no aceptan los errores como parte de una experiencia que deben afrontar para mejorar y superarse.

La confianza permite a los niños reconocerse a sí mismos con sus capacidades y limitantes, es la fortaleza que les permite llevar a cabo las acciones que le lleven a un mejor desarrollo y conocimiento personal. Aumentar la confianza de acuerdo con Grant (1999), es incrementar la seguridad de los niños, que posean una buena opinión de sí, para que puedan creer en ellos.

Facilitar el incremento de su aprecio personal y confianza es indispensable para que el saberse competentes les lleve a la aceptación, conociendo sus fortalezas y debilidades para poder aceptarse tal cuales son.

- *Facilitar el incremento de la auto aceptación personal*

La aceptación personal radica en reconocer que hay aspectos de la personalidad como cualidades y áreas de oportunidad, con las cuales se debe trabajar para mejorar, la aprobación por sí mismo de estos aspectos lleva a la aceptación. Las habilidades se ponen de manifiesto día a día, igualmente que las deficiencias, menciona Gómez (2000), y su reconocimiento lleva a una conformidad personal, en la que no hay rechazo hacia sí mismo.

La autoestima en los niños se beneficia cuando hay aceptación física, pues cuando los niños se avergüenzan de sí mismos, se aíslan y enajenan de su entorno, por ello se debe facilitar el incremento de la aprobación personal.

Al respecto, Barieto (2006) menciona que el incremento de la autoestima se favorece cuando no hay conflicto con el físico, cuando hay un bienestar y satisfacción adecuados respecto a sí.

Aceptarse es verse y admitirse como es, tanto en el ámbito físico como de competencia se refiere, al ser así, la vergüenza de mostrarse ante los demás se disipa, y se alimenta la seguridad, sin miedo a conocerse.

- *Facilitar autoconocimiento*

Conocerse es un proceso que se da conforme se va dejando el temor de verse a sí mismo, y no sólo abarca el área de las habilidades, el autoconocimiento involucra también estar al tanto de los propios pensamientos, sentimientos, conductas y el modo en que se desenvuelve el individuo en su medio.

Al respecto, Martí (2000) señala que esta característica implica tomar conciencia de la parte consciente, y trabajar con aquellas que pudieran estar ocultas para poder conocerse más y mejor, en todos los aspectos referentes al desenvolvimiento en el diario vivir.

Que los niños conozcan sus habilidades y capacidades, es de vital importancia para que puedan reconocer sus alcances, y de esta forma se desarrollen creciendo sus potencialidades, las cuales aumentarán su autoconcepto y percepción de valía personal, todo ello implica un sentimiento de competencia y demostrar sus habilidades ante otros, ya que los niños desean sentirse capaces y saber que los perciben así, todo esto ayuda a percibirse con mayor valía personal.

De acuerdo con la teoría psicosocial de Erikson (citada por Stassen; 2006), la autoestima va a construirse o reconstruirse por medio de la adquisición y reconocimiento de habilidades de competencia, sobre todo en la etapa escolar, en la que el menor expone sus habilidades y se compara por medio de ellas, ya sea académica o físicamente.

- *Motivar a los niños para que tomen decisiones*

La toma de decisiones es la elección que se realiza de acuerdo con intereses personales de los infantes, las decisiones tienen consecuencias que ellos deben vivir para que puedan ir creciendo en su autonomía, por ello se les debe permitir realizar las actividades que estén a su alcance, aunque no las realicen tan bien como cuando les ayudan.

Respecto a lo anterior, Marulanda (2001) menciona la prohibición para tomar decisiones como un elemento que daña la autoestima ya que cuando no se le permite elegir a los niños o no se les dan opciones para que lo hagan, se les está

transmitiendo el mensaje de que son incompetentes y que por eso se les debe ayudar en todo aspecto.

Cuando a los niños se le dificulta tomar decisiones, es probable que permitan que otras personas las determinen por ellos, cuando los padres no consienten que tomen disposiciones, es poco factible que aprendan a hacerlo, por lo que los chicos dejan de lado sus deseos, anulan sus pensamientos e ideas para dar paso a lo que otros consideran que es mejor para ellos. Debe tomarse en cuenta, para ello, la edad de los menores, así como su nivel madurativo para determinar que decisiones pueden ser capaces de determinar por sí mismos.

Con respecto a lo anterior, Posada y cols. (2004) señalan que no se debe negar a los niños la oportunidad de elegir, teniendo en cuenta la congruencia entre el dilema y el nivel de desarrollo e intereses de ellos. Cuando se accede a que tomen decisiones, se les induce al mismo tiempo para que desarrollen seguridad y responsabilidad respecto a sus actos, se crea en ellos la seguridad para comunicar sus intereses y la confianza para ejecutarlos.

Dejarles tomar decisiones, de acuerdo con López (2006), prepara a los pequeños para eventualidades futuras en las que necesiten hacer frente a situaciones vitales en las que se requiera determinación; fortalece su carácter y voluntad.

Permitir y mostrarles a los niños que pueden tomar decisiones, les ayuda a reafirmarse a sí mismos como individuos responsables y capaces, les da la oportunidad de tener iniciativa, lo cual ayuda a tener mejores relaciones interpersonales, para las cuales también es necesario contar con valores sociales.

- *El fomento de valores sociales, los cuales se encuentran ligados a la aceptación social.*

Los valores sociales son aquellas cualidades y actitudes de los niños que le permiten tener comportamientos deseables dentro de un grupo, como son el respeto, integridad y justicia.

La poca promoción de estos atributos puede llevar a los niños a la dificultad para ponerlos en práctica, para incluirse a grupos sociales con lo que se experimenta un sentimiento de rechazo, y con ello se perjudica el desarrollo de la autoestima, mientras que la intensificación y el uso de estos valores permite su inserción y aceptación con otros evitando, así la disminución de la autoestima.

Al respecto, Ramírez (2008) indica que los valores como el respeto, honestidad y colaboración, se deben realzar para poder desarrollar una alta autoestima; el llevarlos a cabo con los demás, permite obtener retroalimentación favorable.

Los valores sociales permiten identificarse en sociedad, desarrollarse y crecer dentro de la misma, provee a los niños de aprobación, haciendo que el relacionarse con otros, sentirse integrados, aceptados e identificados con los demás, favorezca el desarrollo de la estima personal, ya que la aprobación de otros también intensifica la aprobación de sí.

La identidad y aceptación de acuerdo con Juárez (2006) y Tourion (2008), se logra en función de los valores sociales, ya que éstos determinan el grado de inserción social y aceptación personal que tengan los niños de acuerdo con el cumplimiento o no de los mismos.

Al proveerse los niños con valores, se encuentran listos para llevar una interacción enriquecedora con los demás, ya que su comportamiento y actitudes no se contrapondrán con su contexto social

- *Facilitar el fortalecimiento de las relaciones con otros*

Una vez expresada la importancia de los valores para la inclusión en la sociedad, es de relevante importancia mencionar que el fortalecimiento de las relaciones sociales es indispensable para que los niños puedan desenvolverse en las actividades cotidianas como son la participación dentro de su familia, la interacción que conlleva el formar parte de un grupo escolar y la convivencia con grupos sociales.

El fortalecimiento de las relaciones con otros, mencionan Splitter y Sharp (2000), debe fomentarse, pues de no ser así, los niños tratarían de entenderse a sí mismos en términos puramente cognitivos o lógicos y se mantendrían retirados de los demás, convirtiéndose en espectadores dejando de lado los procesos que constituyen el vivir.

Además, se debe hacer notar a los chicos que el relacionarse con los otros depende de ellos mismos, de la praxis de los valores sociales, de su iniciativa para el diálogo, la convivencia, y sobre todo de cómo se juzga, ya que la imagen propia que se crea a partir de juicios personales, es la que se proyecta al exterior y crea en los demás un impacto positivo o de rechazo.

Concuerda con esto Voli (2003), pues establece que las relaciones interpersonales se ven favorecidas cuando los niños se hacen responsables de las mismas, y se dan cuenta de que pueden ser quienes se acerquen a otros, aunque para ello es indispensable el trabajo con la percepción de sí mismos.

Facilitar el fortalecimiento de las relaciones con otros, al igual que las demás estrategias para la reconstrucción de la autoestima, son importantes para que los niños logren un bienestar, igualmente los estados de ánimo que presentan son vitales para un desarrollo adecuado, por ello se ahonda a continuación acerca de la influencia de la autoestima en los mismos.

#### **1.4 Influencia de la autoestima infantil en el desarrollo de los estados de ánimo.**

La autoestima, como se ha mencionado, es de suma importancia, ya que interviene en el desarrollo de los niños, puesto que incide en algunas áreas importantes de su proceso de vida, entre las que se encuentran seguridad, confianza, valía personal, autoconcepto, manejo de habilidades personales, habilidades sociales y estados de ánimo, para examinar específicamente cómo repercute en éstos, la autoestima.

Los estados de ánimo son el resultado de la interpretación de las emociones, los pensamientos y sentimientos que deja una experiencia en los niños, los estados de ánimo permanecen por un periodo de tiempo.

De acuerdo con lo anterior, Thayer (2000) define el estado de ánimo como un conjunto de sensaciones autopercibidas que determinan el bienestar psicológico, comportamiento y calidad de relaciones interpersonales.

Los niños pueden generar conclusiones a partir de los estados de ánimo que dejaron experiencias pasadas y dar una interpretación a situaciones actuales con base en ello, esto es, los recuerdos de las experiencias pasadas que fueron más significativas para ellos, serán los que vengan a su mente más rápido, y estos recuerdos a su vez influirán para reaccionar ante las nuevas situaciones.

Al respecto, Peña (2006) indica que los estados de ánimo se ocupan de intervenir en la accesibilidad de la información de unos contenidos sobre otros y de la interpretación de los mismos.

Como se dijo, el estado de ánimo procede de percepciones, y depende del grado de autoestima, ya que esta cualidad determina las fluctuaciones de los estados de ánimo, si se ve afectada o aumenta, se verá reflejada en el humor prevaleciente en los infantes, el cual puede ser observado en sus respuestas a las experiencias que tiene cotidianamente.

Cuando la evaluación del Yo, como señalan Hales y Yudofsky (2009), se ve afectada, también los estados de ánimo se verán perjudicados en el mismo sentido que la autoestima, si hay un movimiento positivo o negativo en ésta, será equivalente en los estados de ánimo.

Si los menores cuentan con alta estima, aun ante situaciones desfavorables, tendrán estados de ánimo positivos que les ayuden a responder a ellas, será más eficiente su comportamiento, lo que les ayudará a tener un equilibrio y bienestar personal, aprovechando mejor sus recursos psicológicos.

Por el contrario, si la autoestima es baja, aumenta la posibilidad de quedarse atrapados en la dinámica de la situación problemática, puesto que además del luchar con ésta tienen que enfrentarse al conflicto interno que genera la baja autoestima y

un estado de ánimo negativo, que no les permite encontrar solución y mengua la eficacia de su desenvolvimiento cotidiano.

Menciona André (2009) que todo enriquecimiento para la autoestima o descenso de la misma, influye en los estados de ánimo, ya que una estima frágil lleva a estados de ánimo negativos, sobre todo ante la interferencia de situaciones estresantes; la autoestima positiva favorece estados de ánimo positivos.

Es deseable que exista una alta autoestima que lleve a un estado anímico benéfico para los niños, esto sin caer en un exceso de este componente, ya que puede llevar al menor a considerarse más capaz de lo que en realidad es, a pensar en sí mismo como omnipotente y centrarse sólo en él, llevándolo a tener por ende pocas relaciones interpersonales, ya que su juicio de estar por encima de los demás le afectaría notablemente.

Al respecto, Aguiló (2005) señala que un exceso de autoestima no conlleva a un estado anímico excelente, por el contrario, se vuelve perjudicial debido a que los niños piensan sólo en sí mismos, y se sobrevaloran convirtiéndose en egoístas y engreídos.

Por el contrario, una autoestima baja, en la cual existe una deficiencia de amor propio, de aceptación personal, generará emociones, pensamientos y percepciones negativas que a su vez suscitarán estados nocivos de ánimo.

Por ello, el desarrollo de autoestima es vital, ya que si ésta proporciona estados de ánimo positivos, los niños tendrán mayor facilidad de desenvolverse de manera benéfica, prevaleciendo en ellos un estado de bienestar o ánimo favorable que los impulse de manera que los acontecimientos negativos no los sobrepasen psicológicamente, por el contrario, que los empujen a encontrar lo que necesitan.

Cuando los niños tienen una baja autoestima, refiere Aguiló (2005), su estado de ánimo se ve disminuido, esto es, se desaniman constantemente, la poca autoestima genera actitudes de desánimo, de no atreverse, de ver como inalcanzable lo que no es.

Cuando hay poco aprecio de sí mismo, se suele llevar a un estado de desánimo, en el que se pierde el interés por las nuevas experiencias, hay una infravaloración de sí mismo, por lo que la autoestima y los estados de ánimo suelen ascender y descender de modo paralelo, ya que éstos últimos se utilizan al desenvolverse en la vida diaria, reflejando parte de la autoestima de los niños.

La autoestima, indica Morrison (1998), es causante de los estados de ánimo, de este modo, una aversión hacia sí mismo provoca estados de ánimo bajos.

Una baja autoestima puede llevar a un estado de ánimo negativo, además, puede ocasionar trastornos del estado de ánimo, en los cuales se presenta un déficit de autoestima, y a mayor alteración en esta característica, más grave será el trastorno anímico, pero como se había mencionado, no sólo la baja autoestima

puede generar dichos trastornos, también pueden deberse a una profusión de la misma.

Al respecto, Satir (2007) explica que la baja autoestima se refleja en los estados de ánimo, los cuales tienen que ver con lo que se comunica de sí mismo, Aguiló (2005) reafirma lo anterior y señala que la mayoría de los trastornos del estado de ánimo se relacionan con problemas de autoestima.

Por lo anterior, se afirma que si se desean mejorar los estados de ánimo, se debe trabajar con la modificación de la autoestima, la cual tiene un impacto proporcional en el estado de ánimo, dando como resultado una mejora en el desarrollo del estilo de vida y psicológico, esto permite a los niños desenvolverse de manera benéfica, para lo que se puede recurrir a los talleres de autoestima, basados en una teoría psicosocial, ya que como se mencionó a lo largo del capítulo, la autoestima se conforma de interiorizaciones externas y factores internos, por lo que con base en esto se puede modificar la autoestima y de esa manera, tener influencia en los estados de ánimo.

## **CAPÍTULO 2**

### **TRABAJO CON EL DESARROLLO PSICOLÓGICO DE LOS NIÑOS DESDE UNA PERSPECTIVA TEÓRICA PSICOSOCIAL**

El desarrollo psicológico de los niños, como se ha visto en el capítulo anterior, se ve influido por agentes externos e internos, como la autoestima y las experiencias a lo largo del ciclo de vida. Durante este proceso los niños deben desarrollar habilidades propias de su edad.

Erickson (citado por Cloninger; 2005) menciona que de acuerdo con los años vividos, se deben superar determinadas etapas, y conforme éstas se van culminando, se puede avanzar a las siguientes. Estos periodos de la infancia y niñez son confianza básica vs. desconfianza, autonomía vs. vergüenza y duda, iniciativa vs. culpa y laboriosidad vs. inferioridad. Esta teoría abarca la integración de las dimensiones social y cultural, tomando en cuenta las diferencias individuales, adaptación social y procesos cognitivos.

Debido a que los niños requieren, de acuerdo con la perspectiva psicosocial, un desarrollo integral, este enfoque propone el juego para lograrlo, el cual ayuda al niño a realizar reconstrucciones en su proceso de vida.

En el presente capítulo se da a conocer la eficacia de la teoría psicosocial en el trabajo con trastornos del estado de ánimo, ya que su aplicación por medio del

juego proporciona herramientas para que los niños puedan llegar a un sano desarrollo psicológico.

## **2.1 La teoría psicosocial y su modelo de trabajo**

La teoría psicosocial propuesta por Erick Erickson (citado por Cloninger; 2005) postula que la vida del hombre se divide en ocho etapas de desarrollo y en cada una de ellas se enfrenta una crisis que debe superarse, de no ser así, no se puede pasar a la siguiente etapa y se desarrollan actitudes negativas. Erickson señala que no se debe estar en los extremos de cada etapa, pues éstos generan actitudes no idóneas para su desarrollo; al hacer frente a estas etapas y conforme los niños van creciendo, el ambiente va influyendo en la manera de cómo resolverlas.

Al respecto, Cloninger (2005) señala que Erickson realizó la teoría del desarrollo psicosocial, en la que describe que las fases de la vida del hombre se construyen una sobre la otra en secuencia y sin variación en todas las culturas, las cuales influyen en este desarrollo y de igual forma, se ven afectadas por los individuos.

La perspectiva psicosocial considera que el desarrollo de la personalidad saludable depende tanto de los niños como del tipo de socialización que éste tenga con su cultura, y de la solución de las crisis de identidad que esté presente a lo largo de su vida.

De acuerdo con lo anterior, Noya (2001) expone que la teoría psicosocial fundamenta que el balance de la personalidad se logra en la resolución de las etapas planteadas, los niños alcanzan su identidad al ir superándolas, lo cual se logra por medio de la socialización.

Precisamente esta última actividad que realiza los niños, es en mayor medida a través del juego, de hecho se comunican por medio de él, ya que en la niñez es más fácil la expresión por este conducto que de forma verbal. Por medio del juego se puede conocer el mundo interno de los niños, su relación con el medio y la forma en que solucionan sus conflictos, la fantasía les ayuda a sanar y reconstruir sus vidas.

Respecto a esto Erickson (citado por Gordon; 2001) señala que los niños se desarrollan primordialmente mediante los juegos sociales y la fantasía, ya que el ejercicio lúdico es la forma en que los menores manipulan las experiencias, creando soluciones que después podrán llevar a la práctica en la vida diaria.

En el juego, los infantes tienen la oportunidad de ensayar nuevas habilidades, dominar conflictos, expresar sus intereses, necesidades, pensamientos y sentimientos; este medio les permite aprender nueva respuestas y destrezas, que no serían asimiladas a través la expresión verbal.

Generalmente, los niños menores de diez años, señala Rojas (2002), tienen un acceso limitado a recursos verbales y al pensamiento abstracto y simbólico, por lo

que una charla no es suficiente para que tengan un aprendizaje y total expresión como en el juego.

Para que la actividad lúdica tenga un impacto positivo, debe permitir el aprendizaje, tener un sentido y estimular al niño al niño a vivenciar en el juego todo lo que le rodea; aunque los chicos no tengan como objetivo aprender en el juego, éste debe proporcionarle un enriquecimiento a sus habilidades sociales, un conocimiento personal y una forma de expresión de conflictos, temores e intereses.

Cuando el quehacer lúdico se convierte en una actividad descontrolada, menciona Romero (2003), deja de tener utilidad para el desarrollo idóneo.

Cuando se alienta al niño a jugar con un objetivo en particular, se le debe permitir la expresión mediante , comprenderlo e interesarse realmente por lo que está manifestando, sin emitir juicios y preguntándole qué es lo que sugiere su juego y quién está a cargo; el observador puede participar si los niños se lo permiten, no como un compañero, pero sí como un soporte y guía, puesto que el juego es una práctica de las habilidades que manifestará fuera del área original, mediante las actitudes, comportamientos y respuesta a las emociones que presentara en su vivir cotidiano.

El juego enseña al niño, como indica Manso (2004), nuevas formas de interactuar con los demás, animando su progreso y esfuerzo en la resolución idónea de sus problemas, dando solución de forma que no lo dañen.

Además, el juego desde la perspectiva psicosocial debe estimular el autoconocimiento, el desarrollo de la conciencia personal, la sana interacción con iguales, ya que promueve la comunicación y las conductas prosociales; de igual modo, los niños mejoran el concepto de sí mismos y de los demás, facilitan la adaptación social y un estado de ánimo positivo.

Señala Gamero (2006) que la actividad lúdica debe proporcionar mecanismos de capacitación para aprender a desarrollar la autonomía, iniciativa, competencia y colaboración.

Cuando los chicos juegan, pueden representar su panorama real y presenciarlo desde otra perspectiva que les permita resolver por medio de la identificación, problemáticas de la vida real, ensayando la resolución de las mismas; el juego les permite desarrollar una nueva percepción de sí mismos, del medio que los rodea, descubrir su potencial y enfocar su atención en temores o conflictos sin que éstos representen una amenaza, además de que puede enfrentarlos y superarlos de manera indirecta.

Indica Garaigordobil (2005) que por medio del juego se promueve un cambio en las actitudes de los niños, la liberación de los miedos, la producción de estados de ánimo positivos, el aumento de autoestima y el fomento de la creatividad.

Al hablar del juego no sólo se hace referencia al de carácter individual, sino también al grupal, en donde se puede propiciar una atmósfera para que los niños se

sientan aceptados, practicando con sus iguales las habilidades sociales y la expresión, la participación e integración social, lo cual tiene repercusiones positivas en el trato de la conducta patológica.

Respecto a esto, señalan Jerry y Trull (2006) que la aplicación de juego en grupo propicia la práctica activa de comportamientos que los niños recrearán en su vida cotidiana, ya que tal actividad tiene un valor terapéutico importante en los niños con problemas psicológicos. La aplicación del juego desde un enfoque psicosocial permite una reconstrucción de las áreas dañadas en el ciclo de vida de los niños, hace posible obtener modelos de comportamiento, aprender roles sociales, desarrollar habilidades, criterios aceptables para su aceptación y valoración personal, además de ser un medio de cura para los niños.

Así como la teoría psicosocial ofrece una técnica como el juego para aplicarla a los niños y desarrollar en estos lo antes mencionado, también se puede hablar de su eficacia para tratar por medio de este enfoque los trastornos del estado de ánimo en la niñez ,que es precisamente la temática del siguiente apartado.

## **2.2 Eficacia del enfoque psicosocial para el tratamiento en problemáticas del estado de ánimo.**

Como se explicó anteriormente, el juego es una técnica que la teoría psicosocial utiliza como medio para la reestructuración psicológica de los niños, ya que constituye un medio para trabajar con los problemas dentro del ámbito

psicológico, como es el caso de los trastornos del estado de ánimo, los cuales pueden ser tratados por medio de este enfoque, ya que la teoría psicosocial comprende los tratamientos grupales dentro de la terapia de juego para trabajar con estos trastornos.

Debido a que los trastornos del estado de ánimo proceden de interpretaciones y percepciones que dañan la estructura psicológica de los niños, la teoría psicosocial trabaja con la reestructuración cognitiva y la adquisición de habilidades sociales.

De acuerdo con esto, Domenech (1988) señala que la teoría psicosocial es eficaz para tratar los problemas de estado de ánimo, brindando al niño oportunidades de interacción y participación, al facilitar por este medio la modificación de pensamientos.

El enfoque psicosocial permite el desarrollo de habilidades para hacer frente a los diversos problemas de la vida cotidiana que pueden llevar a los trastornos del estado de ánimo, y cuando éstos no tienen solución, ayuda a la aceptación y asimilación de los mismos por medio del juego, mejorando así la problemática de los trastornos del estado de ánimo.

Al respecto, Mardomingo (1994) señala que el enfoque psicosocial trata los trastornos del estado de ánimo mejorando la imagen personal que los niños tienen de sí mismos, la autoestima, aceptación personal, y las habilidades sociales.

Otra de las formas en que son tratados los trastornos del estado de ánimo es por medio de la obtención de seguridad y reconocimiento, ya que cuando los niños producen algo y son reconocidos por ello, su autoestima aumenta, propiciando que los estados de ánimo sean positivos.

En la teoría de Erickson (citada por Cloninger; 2003) se señala que en la infancia, la etapa de laboriosidad, al ser superada, proporciona un aumento de la autoestima, de modo que si esta cualidad se posee de manera idónea, disminuye los trastornos del estado de ánimo.

La mejora de las habilidades sociales tiene una repercusión positiva en el trabajo con problemas del estado de ánimo, ya que se proporciona un medio por el cual los niños pueden dar y recibir recompensas sociales positivas, mejorando su ánimo.

Señalan Beltrán y Bueno (1995), por su parte, que las interacciones sociales positivas proporcionan estados de ánimo saludables.

El enfoque psicosocial ha tenido resultados favorables en el manejo de los trastornos del estado de ánimo por medio del desarrollo de la implementación del reconocimiento positivo respecto a las habilidades de los niños, la modificación del pensamiento y actitudes.

Al respecto, Mardomingo (1994) indica que la terapia de grupo en niños y en adolescentes tiene eficacia para tratar los trastornos del estado de ánimo por medio de la modificación de la forma anómala en que procesan la información.

De todo lo anterior se puede concluir que el enfoque psicosocial puede ser eficaz en el mejoramiento de los trastornos de los estados de ánimo, puesto que por medio de la terapia de juego se puede reestructurar la autoestima que comprende la aceptación personal, las interacciones sociales positivas, el desarrollo de habilidades sociales, competencias, seguridad y aceptación personal, lo cual lleva al niño a tener una percepción positiva de sí mismo y un mejoramiento en el estado de ánimo.

Entre los trastornos del estado de ánimo se encuentra la depresión infantil, tópico que se examina en el siguiente capítulo y que tiene como origen en la mayoría de las ocasiones una baja autoestima, la cual, como ya se revisó, puede ser reestructurada con la terapia de juego que propone la teoría psicosocial, mejorando así el estado de ánimo.

## **CAPÍTULO 3**

### **DEPRESIÓN INFANTIL**

Anteriormente se habló de la eficacia de la teoría psicosocial en el trabajo con los trastornos del estado de ánimo, el presente capítulo ahonda específicamente en uno de ellos, que es la depresión infantil, para lo cual se ponen de manifiesto los indicadores con los que se puede identificar y, además, algunas de las causas por las cuales los niños la presentan, por lo que se aborda el contexto familiar y escolar como influencia en la aparición de la depresión infantil.

#### **3.1 Concepto de depresión infantil y sintomatología.**

La depresión infantil es un trastorno del estado de ánimo, cuando éste es demasiado bajo, en este contexto, la percepción de los niños es negativa respecto a sí mismos y experimentan sentimientos de culpa.

La depresión infantil se define, de acuerdo con De la Portilla (2006), como una patología perteneciente a los trastornos del estado de ánimo, en donde hay pérdida de control del humor y sensación subjetiva de malestar.

Esta condición se caracteriza por la presencia de sentimientos de autorreproche, poco interés en realizar actividades que le produzcan placer, presentan cansancio constante, fatiga aun cuando no se haya realizado actividad

física, la pérdida o el aumento del apetito, problemas para dormir, terror nocturno o irritabilidad.

Señala De la Portilla (2006) que la depresión infantil presenta culpa, anhedonia, astenia, trastornos del sueño y del apetito.

Además, dentro de su sintomatología se presenta la apatía, falta de atención a las necesidades físicas como la alimentación, aseo personal y actividad física, ésta afecta el desarrollo social, ya que el sujeto puede tener un cambio volviéndose retraído, alejándose de los demás, o por el contrario enmascarar los síntomas depresivos mostrando irritabilidad y agresión; tiene un comportamiento distinto al que comúnmente presentaba. Específicamente, los niños con depresión infantil pueden presentar síntomas físicos como dolor de cabeza y estómago.

Los síntomas, indica Pereda (2007), son afecciones en el desarrollo social, emocional y cognitivo, descuido personal y quejas somáticas, así como alucinaciones auditivas; en el caso del enmascaramiento se puede presentar hiperactividad, enojo, conductas agresivas y trastornos de aprendizaje.

Debido a que la depresión en los niños se puede enmascarar, se deben considerar los síntomas de ésta y el origen de sus actitudes, ya que de no ser diagnosticada correctamente, puede confundirse con otros trastornos como la hiperactividad, trastornos de atención, de aprendizaje o conductas desafiantes, por ello se debe prestar atención a sus características como la tristeza, pensamientos

catastróficos, sentimientos de poca valía personal, un autoconcepto y autoimagen negativos de sí mismos, alejarse o alejar a los demás y problemas con el humor, como explosiones de agresión e irritabilidad.

De acuerdo con Chinchilla (2008), los niños enmascaran la depresión mediante conductas inusuales en ellos, como son la agresión e irritabilidad, el autor menciona que las depresiones infantiles pueden confundirse con otros trastornos como la hiperactividad, trastornos alimentación o déficit de atención.

Debido a que la depresión se puede confundir con otros problemas, se debe considerar para identificarla la aparición de baja autoestima, desesperanza, poco autocontrol, falta de energía y preocupaciones por futuros acontecimientos que pudieran resultar negativos.

Otras características de la depresión incluyen un llanto excesivo para la situación que lo causa, conductas con las que perjudican su persona, falta de optimismo y creencia de que las vivencias son negativas, incluso aquellas que aun no ocurren. Estos sujetos recuerdan más las experiencias poco gratas, mientras que las agradables las olvidan rápidamente o intentan encontrar en ellas un componente desagradable, de igual modo, dejan de encontrar satisfacción en las actividades que realizan.

El lloriqueo, señala Porti (2006), se vuelve constante y sin razón, hay desesperanza, negativismo, aburrimiento la mayor parte del tiempo, pérdida de la

capacidad para disfrutar, disminución de rendimiento escolar y necesidad de alejarse.

La depresión infantil también presenta una marcada creencia de incapacidad de tener éxito en algo, no hay reconocimiento de las habilidades o capacidades propias, las relaciones interpersonales se ven perjudicadas; junto con la depresión infantil se puede presentar problemas como enuresis o ecopresis, así como trastornos del sueño.

Los síntomas de la depresión que mencionan Ledesma y Melero (1989), abarcan la baja autoestima, inhibiciones del juego, trastornos de sus relaciones con los que le rodean, además de que se pueden añadir a la depresión infantil problemas con el control de esfínteres, manipulación genital y terrores nocturnos.

Los niños que presentan depresión infantil basan su autoestima y bienestar personal en lo que el medio les provee, dependen de los demás para encontrar la sensación de bienestar, además, evitan tener vivencias en las que puedan verse expuestos sus sentimientos y pensamientos de inseguridad.

De acuerdo con Barrera (2003), en la depresión se puede encontrar dependencia del entorno y enmascaramiento de por medio de mecanismos defensivos como bloquear la expresión depresiva.

Existen distintas causas de depresión infantil, dependiendo de ello, se encuentran: presencia de enfermedades, falta de atención y manifestaciones de afecto por parte de figuras significativas para el niño e incluso trastornos alimenticios.

Menciona Malquist (citado por Domenech; 1998) que existen distintos tipos de depresión infantil debido a su causa y este autor clasifica esta etiología en: falta de afecto, enfermedades orgánicas, rupturas familiares, depresiones enmascaradas y depresiones debido al contexto familiar, como los divorcios.

Se puede explicar entonces que la depresión infantil puede presentar fundamentalmente un humor bajo, anhedonia generalizada, debilidad, fatiga, pérdida de interés, agitación o lentitud psicomotriz, trastornos del sueño o apetito; en caso del enmascaramiento hay irritación, agresión y conductas desafiantes.

Además de conocer las características anteriores, es indispensable establecer sus orígenes y sobre todo, aquellos que provienen del ámbito familiar y escolar, en los que los niños se desarrollan la mayor parte del tiempo.

### **3.2 Causas familiares y escolares de la depresión infantil.**

Como se aprecia, resulta importante conocer las características de la depresión infantil, poner atención en su sintomatología para no confundirla con otro trastorno, pero para conocer más acerca de ella, se presentan las causas familiares y

escolares, ya que estos dos ámbitos son los que tienen una mayor repercusión en la vida de los infantes.

La familia y la escuela son los dos lugares en donde los niños se encuentran la mayor parte del tiempo, de estos escenarios aprenden y viven las experiencias a que dan lugar. Cada núcleo familiar es distinto, así como las habilidades y capacidades de cada niño para responder a las situaciones que se le presentan, por ello la familia disfuncional y las situaciones negativas que experimentan los niños en la escuela, pueden ser causantes de la depresión infantil.

De acuerdo con Domenech (1988), las depresiones infantiles están vinculadas a las situaciones escolares y familiares insatisfactorias.

Los niños se ven influidos por todo lo que ocurre a su alrededor y como se dijo en el primer capítulo, las figuras de autoridad tiene gran influjo en ellos, por lo que son vulnerables a que los estados de ánimo de sus padres y profesores afecten el suyo, ya que los menores interpretan e interiorizan lo que pasa a su alrededor, pueden experimentar culpa por creer que el humor de sus padres se debe a ellos y así adoptan un ánimo negativo que puede llegar a la depresión.

Al respecto, Ledesma y Melero (1989) mencionan que los niños pueden generar depresión infantil a partir de la repercusión negativa del estado de ánimo y temperamento de sus padres y profesores.

La familia proporciona muchas de las bases con las cuales los niños se enfrentan a la vida cotidiana y lo que ocurre, se ve reflejado en las actitudes que ellos exteriorizan, ya que no pueden mostrar algo que no han aprendido, por ello, cuando hay una familia patológica o disfuncional, en ocasiones los hijos son los depositarios de dichos problemas, lo cual los afecta y les ocasiona depresión infantil.

Los conflictos que se suscitan en la familia inciden sobre la conducta de los infantes, la cual se manifiesta en otros ámbitos, afecta su desarrollo y estado de ánimo; los problemas familiares pueden llevar a los menores a una depresión infantil si éstos no cuentan con un desarrollo psicológico idóneo para sobrellevar los conflictos.

Al respecto, Barrera (2003) señala que el sistema familiar determina, condiciona, desencadena y trasmite patologías, ya que proyectivamente se transmiten al niño mandatos parentales negativos que le ocasionan trastornos del humor, además, los niños son quienes en ocasiones encubren la problemática de la familia, ya que se manifiesta por medio de ellos y la atención se desvía de la causa real.

En la familia pueden acontecer situaciones que desencadenen una depresión infantil como es el caso de abandono, violencia psicológica o física, divorcios, tener padrastros, ausencia de alguno de los padres, rechazo, problemas de comunicación, ambivalencia en lo afectos, todo estos son factores de riesgo para que se presente la depresión infantil.

Las relaciones familiares, indica Pereda (2007), son causa de depresión infantil cuando se caracterizan por maltratos, rechazo, comunicación deficiente, afecto pobre o separación entre los miembros.

Así como la familia proporciona elementos que son un riesgo para que se presente la depresión infantil, la escuela es otro contexto de vital importancia que debe observarse para identificar posibles elementos que susciten dicho padecimiento, tal es el caso de la violencia escolar, ésta puede no sólo ser física, también la conforman las burlas, evidencias por parte de los profesores respecto al déficit de habilidades de los niños, rechazo por parte de los compañeros, dificultades de aprendizaje, falta de integración en el grupo y habilidades sociales deficientes.

De acuerdo con Moviri (1995), el contexto escolar proporciona causas importantes para la depresión infantil como el aislamiento, rechazo, violencia, discriminación y comparación social, en la que el menor se ve como alguien por debajo de los demás, de modo que le ocasiona baja autoestima y depresión.

El ámbito escolar influye en gran medida para la construcción de la autoestima, la cual tiene repercusiones en los estados de ánimo, que al ser negativos pueden dar lugar a una depresión infantil. Es importante que los niños mantengan un autoconcepto positivo, y se valoren adecuadamente para poder tener un humor favorable que les brinde pautas para desarrollarse de manera idónea.

## **CAPÍTULO 4**

### **METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

Una vez que se han expuesto los elementos teóricos necesarios para el presente estudio, se procede en este capítulo a exponer la metodología utilizada, con el fin de dar a conocer como se realizó este estudio y los medios que se requirieron, para dar adecuado cumplimiento a los objetivos inicialmente planteados.

#### **4.1 Descripción metodológica.**

Dentro de toda investigación existen distintos enfoques, diseños y tipos de instrumentos para la obtención de datos, los cuales deben ser acordes al estudio que se realiza y los objetivos que se desean alcanzar.

El enfoque utilizado es de corte cuantitativo, éste se basa en el planteamiento de hipótesis que deben corroborarse o descartarse a partir del análisis y la recolección de datos, los cuales deben ser cuantificables. La investigación cuantitativa sigue una estructura que debe cumplirse rigurosamente, ya que es secuencial y no se pueden omitir etapas del proceso.

Al respecto Hernández y cols. (2006) señalan que la investigación cuantitativa es aquella que usa la recopilación de datos para poder probar lo establecido en hipótesis, se basa en la medición numérica y análisis estadístico.

El enfoque cuantitativo tiene como característica plantear temas de investigación concretos y delimitados, a los cuales asigna una pregunta principal de investigación y objetivos particulares, tomando como referencia estudios anteriores parecidos al que se realiza.

Dentro del enfoque mencionado también se realiza un apartado teórico, el cual debe sustentar la investigación, en el mismo sentido, se escoge el diseño más apropiado.

Al respecto, Hernández y cols. (2006) indican que la indagación cuantitativa se caracteriza por temas delimitados específicamente, al igual las preguntas de investigación que son delimitadas y para cuya resolución se sigue el proceso de investigación que se sustenta en el marco teórico.

Este enfoque se caracteriza por su objetividad, además de evitar que influyan percepciones propias del investigador. Las creencias de quien realiza la investigación se presentan como hipótesis y sólo se aceptan si se logra mostrar que coinciden con la realidad.

Mencionan Hernández y cols. (2006) la importancia que tiene la cuantificación de los datos y la estadística que proviene de su tratamiento, ya que hace más objetivo el estudio y le da la oportunidad de poder generalizarlo en un futuro.

El proceso que lleva a cabo este enfoque consiste en la elección del tema que se pretende investigar, la delimitación del mismo, conocer la problemática, cómo y en dónde se presenta, con qué características y qué repercusiones o beneficios tiene; se elabora el marco teórico, que es la estructuración de los conocimientos comprobados y documentados sobre el tema; que explicita lo referente al problema y sustenta la investigación, a continuación se estipula hasta donde se desea llegar en la investigación, para dar paso a estipular qué diseño se utiliza y el tipo de instrumentos que se emplearán, para seguir con la recolección de datos y el análisis estadístico de lo recopilado para publicar lo encontrado.

Según la perspectiva de Hernández y cols. (2006), el proceso de la investigación cuantitativa en diez fases: la idea, planteamiento del problema, revisión de literatura, visualización del alcance, elaboración de hipótesis, desarrollo del diseño, selección de la muestra de la población, recolección de datos, análisis de datos y elaboración del reporte de resultados.

Dentro de la metodología para realizar las investigaciones se debe proceder por medio de un diseño, el cual consiste en un plan que permite realizar la parte práctica de la investigación, es por ello que a continuación se explica el tipo de diseño que se implementó en este estudio.

La presente investigación se ubica como un estudio de tipo experimental, que consiste en manipular una variable independiente para poder medir sus efectos en variable dependiente, esto debe hacerse de tal forma que se tenga un control total de

las variables que puedan influir en los sujetos que se están investigando, y de todo aquello que viene del exterior y pudiera tener efecto en el experimento debe eliminarse.

De acuerdo con lo anterior, Hernández y cols. (2006) indican que una investigación experimental implica tener el control de variables independientes para ver su influjo en variables dependientes, con relación a ese control, el presente estudio queda ubicado dentro de la investigación cuasi experimental.

Los diseños cuasi experimentales son aquellos en los cuales no se puede tener control total de las variables que influyen en los sujetos, este es el tipo de investigación apto para la presente, debido a que se trata de un estudio en el cual los niños no sólo se verán influenciados por la manipulación de la variable independiente, además, seguirán siendo mediados por su contexto social (Hernández y cols.; 2006).

De acuerdo con los autores citados, los diseños cuasi experimentales manipulan al menos una variable independiente y miden sus efectos, pero tienen la desventaja de no poder controlar de manera total las variables ajenas que pudieran perjudicar el experimento.

Para que se lleve a cabo la investigación cuasi experimental, se debe conocer la variable independiente, establecer el tipo de tratamiento que se aplicará a los participantes, diseñar un instrumento con el que se mida la variable a modificar, conocer el grupo con el que se trabajará durante el experimento de acuerdo con las

características requeridas, aplicar el tratamiento y volver a medir para conocer los resultados y saber si el tratamiento realizó modificaciones en los niveles de la variable dependiente.

El proceso para la investigación cuasi experimental, menciona Hernández y cols. (2006), consiste en decidir la variable independiente a manejar, elegir nivel de manipulación, tener un instrumento de medición, seleccionar la muestra, reclutar, aplicar tratamiento y medir.

Por ello, debido a que este estudio posee un diseño cuasi experimental, se seleccionaron cuatro grupos de la Escuela Primaria Constitución del '57, los cuales fueron 3° "A" y "B," así como 4° "A" y "B", todos del turno matutino, a los cuales se les aplicó el Inventario de Depresión Infantil de Kovacs, estandarizado por Edmundo Arévalo Luna (2008), para determinar los niños que presentaban depresión infantil y posteriormente aplicarles el taller establecido como estrategia de intervención, la cual estuvo enfocada a la reestructuración de la autoestima.

Una vez concluido el taller, se volvió a aplicar el Inventario de Kovacs como posttest para identificar las posibles variaciones en los puntajes obtenidos inicialmente respecto a los niveles depresivos infantiles.

El taller de intervención fue aplicado del 30 de noviembre al 9 de diciembre de 2011 con una periodicidad de una hora por sesión, lo cual posibilitó el desarrollo de seis sesiones durante dicho lapso.

Es un estudio transversal, ya que este diseño se emplea en investigaciones que se realizan en un solo momento y que no se les da continuidad a través del tiempo.

De acuerdo con lo anterior, Hernández y cols. (2006) mencionan que los diseños transversales son aquellos que se llevan a cabo en un tiempo único, sólo hace una recolección de datos y puede abarcar grupos, subgrupos, objetos o indicadores.

Para poder obtener los datos de la población es necesario contar con las técnicas e instrumentos adecuados, los instrumentos determinan qué técnicas se utilizan, en el caso de las investigaciones cuantitativas como la presente, las técnicas son de carácter estadístico.

Al respecto, Hernández y cols. (2006) indican que las técnicas para la recolección de datos en los estudios cuantitativos, deben contar con un nivel aceptable de confiabilidad, que es la seguridad de que al volverse a aplicar la prueba, se obtendrán los mismos resultados; la validez, por su parte, hace referencia a la medición real de la variable estudiada.

En este caso, los datos cuantitativos acerca del nivel de depresión se obtuvieron por medio de la técnica psicométrica, la cual se define como la medición de aspectos psicológicos a través de instrumentos que son contruidos por medio de pruebas de ejecución o resolución de ítems, y que cumplen con un grado de validez y confiabilidad que permiten al aplicador tener cierto grado de seguridad en

que los resultados obtenidos son los correctos. El objetivo de las pruebas psicométricas es asignar valores numéricos a las respuestas proporcionadas por los sujetos.

De acuerdo con Costa (1998) las pruebas psicométricas son aquellas que permiten realizar una medición del área psicológica, deben ser confiables, ya que se requiere saber que realmente miden la variable para la que se diseñaron.

El instrumento utilizado en esta técnica fue el Inventario de Depresión Infantil de Kovacs y estandarizado por Edmundo Arévalo Luna.

El test consta de 27 ítems, los cuales están planteados en dos dimensiones que son disforia y autodesprecio; cuenta con tres opciones de respuesta en cada uno de los ítems. La prueba fue analizada y validada de acuerdo con las normas de validez y confiabilidad, para ello se utilizó una población en edad escolar entre seis y 16 años de edad pertenecientes escuelas federales y particulares, los cuales fueron elegidos de manera aleatoria.

Este test fue aplicado previamente a la intervención por medio del taller de reestructuración de autoestima y también al término del mismo.

La segunda técnica implementada fue la observación de tipo participante durante el desarrollo de la intervención, con el fin de capturar la información que fuera emanando de ella.

La observación participante es aquella en la que el observador toma parte activa en el contexto donde se lleva a cabo la observación. Al respecto, Klaus (2003) menciona que la observación participante es aquella en donde el observador se introduce en el suceso a estudiar, y esta intervención puede ir desde la presencia de quien observa, hasta la participación activa con un papel específico, que es el caso de la presente, ya que el observador funge como facilitador del taller para la reestructuración de la autoestima.

La observación participante brinda la oportunidad al observador de ver el hecho de cerca, conocerlo de primera mano y poder detectar detalles que de otra forma serían difíciles de conocer. Para poder captar todo esto, quien observa utiliza como instrumento un diario de campo, en el cual anota todas las acciones, conductas o situaciones que le parecen relevantes y que están relacionadas con el fenómeno estudiado.

El diario de campo debe llevar fecha completa, hora y lugar donde se llevan a cabo las observaciones, debe contener sólo circunstancias que se pueden percibir sensorialmente, no conjeturas de quien lo realiza, deben evitarse juicios personales o conclusiones apresuradas de los hechos.

Señalan Hernández y cols. (2006) que el observador debe anotar en el diario de campo sólo aquello que le parezca relevante y enriquecedor a su investigación, como conductas o situaciones, pero debe evitar conjeturas personales. En este instrumento se debe asentar qué, cómo y dónde se realizan las acciones, se debe

ser lo más específico posible, sintetizando un relato en pocas palabras claras y concisas, con las cuales se pueda recordar el hecho al volver a leerlas.

Una vez que ya se cuenta con los datos, deben organizarse para llevar a cabo su análisis, para lo cual Hernández y cols. (2006) indican que primeramente se debe dar una estructura a la información, de modo que sea factible llegar al cumplimiento de los propósitos preestablecidos.

Con base en ello, en el diario de campo realizado durante la intervención a través del taller de reestructuración de autoestima, se estuvo observando la dinámica vivencial desarrollada por cada uno de los niños participantes, obteniendo así información valiosa acerca de la influencia del proceso de intervención en las modificaciones logradas.

#### **4.2 Descripción de la población**

En la presente investigación, la población seleccionada estuvo formada por 15 niños, ocho de sexo masculino y siete de sexo femenino; las edades que tienen están entre siete y nueve años de edad.

Todos los niños son alumnos de la Escuela Primaria Constitución del '57, del turno matutino, cinco de los niños pertenecen al 3° A, dos de 3° B, cuatro de 4° A y cuatro de 4° B, esto es, la población se conformó por niños de grupos diferentes, los cuales se eligieron por medio de la aplicación del Test Inventario de Depresión

Infantil de Kovacs, aquéllos que obtuvieron como resultado un nivel de depresión grave.

Ocho de los niños seleccionados viven con mamá y hermanos, otros cuatro viven con papá, mamá y hermanos, y por último, dos viven con mamá y abuela materna y son hijos únicos. Todos pertenecen a un nivel socioeconómico medio bajo, asisten a la primaria de lunes a viernes un promedio de cinco horas diarias, con una hora de receso entre clases. Llevan uniforme escolar diariamente. Dentro del contexto escolar, la mayor parte de los niños presenta un desempeño menor que el de la población promedio, manifestándose en bajas calificaciones.

#### **4.3 Descripción del proceso de investigación.**

El objetivo principal del presente estudio surgió debido a la inquietud de conocer si la intervención psicoterapéutica en la modalidad de taller podía modificar los niveles de depresión que presentaban los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57 de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Por lo tanto, para realizar este estudio se procedió a elegir el diseño de la investigación, el cual fue de corte cuantitativo y transversal debido a que se hizo en un solo momento y no pretende dar seguimiento. Enseguida fueron elegidas las técnicas e instrumentos pertenecientes al enfoque cuantitativo, las cuales ya fueron descritas anteriormente.

Se procedió, por tanto, a realizar el trámite para llevar a cabo la investigación en la institución mencionada al inicio de este apartado, por lo que de manera oficial se realizó la petición con el director del plantel, quien dio su autorización.

Se habló enseguida con las docentes de los grupos de tercero y cuarto grado, se les explicó lo que se pretendía realizar por medio de este estudio, y el proceso que se seguiría, las maestras accedieron y dieron pauta para el inicio del estudio de campo.

Una vez que se estableció la población, se procedió a realizar la aplicación del pre-test a los alumnos de tercero y cuarto grado, con los resultados se obtuvo la muestra con base en los niveles de depresión que presentaron; se tomaron sólo aquellos niños que presentaron un nivel de depresión grave, en total fueron 15.

Con los casos seleccionados se impartió un taller de autoestima, el cual tenía un enfoque psicosocial, y desde esta perspectiva se elaboraron las estrategias y técnicas del taller organizadas de acuerdo con los tiempos y horarios descritos en el apartado anterior.

Se impartió el taller completo a los niños como se tenía planeado en cuanto a contenido se refiere, pero se tuvieron contratiempos en los días de la aplicación debido a suspensiones y reuniones para capacitación de los docentes; se establecieron nuevamente los días, pero una vez concluidos las seis sesiones, se requirió de un día más debido a que en la última sesión los niños salieron más

temprano de su jornada de clase y no se realizó el cierre del taller, así que para realizarlo se hizo implementó una sesión posterior, en la cual se aplicó el post-test al finalizar.

Se tuvo la necesidad de anular el resultado de la aplicación del post-test de uno de los niños dada la posible influencia valorativa de una de las maestras, de lo cual se supo posteriormente que dicha profesora comentó al niño que el taller se le estaba impartiendo porque tenía una alteración mental, lo cual provocó que el menor manipulara las respuestas señalando las más patológicas, hecho que fue bastante evidente y luego corroborado por el mismo niño.

Se hizo una recopilación de lo que sucedió en cada intervención en el diario de campo, el cual se fue redactando con comportamientos, situaciones y conductas observadas.

Por último, se realizó el análisis de los datos obtenidos en el diario de campo y la prueba psicométrica, para obtener la diferencia en los niveles de depresión infantil del pre-test respecto al post-test; se tomaron en cuenta los puntajes iniciales, que representan el cien por ciento, mientras que los finales se obtienen por medio de una regla de tres. Una vez obtenido el puntaje final en porcentaje, se resta el cien por ciento que es el puntaje inicial menos el porcentaje final.

El análisis e interpretación de cada objetivo en particular se ve manifiesto en el siguiente apartado de manera específica, para su mayor comprensión y resolución.

#### **4.4 Análisis e interpretación de resultados**

En el presente apartado se muestran los resultados arrojados por los instrumentos y la interpretación de los mismos, comenzando por el pre-test aplicado en este estudio, reflejado en cada uno de los criterios de la investigación.

##### **4.4.1 Intervención estratégica en la modalidad de taller**

Para incidir en los niveles de depresión Infantil presentados por los niños, sujetos de investigación, se estructuró un taller para la reconstrucción de la autoestima con el cual se influyera sobre los indicadores de los niveles de depresión.

Las estrategias implementadas en el taller para la reestructuración de la autoestima, fueron aquellas que permitieron a los niños aprovechar las propias fortalezas para incrementar su autoestima, éstas tuvieron varias finalidades perseguidas en las diversas sesiones, tal y como se describen a continuación.

La finalidad buscada fue propiciar el reconocimiento de sí mismos, esto es, que los niños pudieran ser conscientes de su físico, sus potencialidades, y fueran capaces de describirse de manera positiva, lo cual, de acuerdo con Duque (2005), ayuda a que los pequeños puedan reforzar el amor en propio y de esta forma proyectarlo al exterior de manera positiva para ellos.

Esto se pudo observar durante la actividad “Dibujando siluetas” (ver anexo 3) en donde los niños se dibujaron a sí mismos y escribieron sus cualidades positivas, así como otras actividades en donde se desarrollaban de mejor manera para después exponerlas frente a sus compañeros. Durante este proceso, “uno de los niños mencionó que él no sabía para qué era bueno, su dibujo lo realizó muy pequeño y fue incapaz de describirse en un inicio, después una de las niñas le dijo que tenía bonito pelo, y otra de las compañeras le mencionó que era bueno para jugar ‘tazos’, y el facilitador del taller le pregunto qué otras actividades realizaba en la escuela o en su casa y él dijo que le ayudaba a su abuelita a vender dulces, que era buen portero y que le gustaba bailar” (D.C.; 05/12/2011). Aquí se pudo apreciar como el reconocimiento positivo de sí mismo, que en este caso fue de manera verbal, brinda seguridad y refuerza el amor propio que se proyecta al exterior.

De acuerdo con González (2001), cada una de las vivencias que los niños tienen, repercute en las evaluaciones que hacen sobre sí mismos y en la valoración que se dan, formulando así un valor propio de acuerdo con la retroalimentación que el contexto les brinda y del grado de aceptación social que perciben de los demás.

Esto se pudo apreciar durante el desarrollo de “Caricias por escrito” (ver anexo 3) en donde a cada niño se le repartió un corazón que se pegó en la pared; en él, cada niño debía escribir algo positivo, que le gustara de él mismo, en su corazón, así como algo positivo de un compañero en el corazón del otro niño, esta actividad se realizó una vez cada día del taller terapéutico, y se pudo identificar “que los niños comenzaron teniendo una resistencia a escribir sobre sí mismos, ya que

tardaron mucho en escribir algo y lo primero que anotaron fueron gustos por cosas como 'me gusta cantar' o 'me gusta jugar', pero no cualidades o aspectos positivos; conforme fueron pasando los días, los niños fueron escribiendo primero mas cualidades positivas en sus compañeros y en ellos mismos. Aunque cada niño podía leer su corazón después de la actividad, la mayoría iban y revisaban constantemente y se notaba el agrado en sus expresiones de alegría, una de las niñas le comentó a su compañera qué le escribieron y le preguntó qué le habían escrito a ella; conforme pasaron los días los comentarios fueron más abundantes y también más enfocados a características positivas de su personalidad” (D.C.; 09/12/2011); esto indica que a medida que los niños se perciben valorados positivamente por los demás, también incrementa su valía personal y amor propio, reconociéndolo ante los demás y proyectándolo al poder ver en los demás sus aspectos positivos.

Otra de las finalidades fue ayudar a incrementar una percepción positiva de sí mismos por medio del reconocimiento de habilidades y características que les gustan de sí mismos y de los demás, de tal forma que cada uno pudo ser retroalimentado por sí mismo y por otros, lo cual propició de manera favorable la auto-aceptación, que de acuerdo con Erickson (citado por Stassen; 2006) se construye y se reconstruye a partir de la adquisición del reconocimiento de habilidades de competencia, en la que los niños exponen sus habilidades y se comparan por medio de ellas, ya sea académica o físicamente.

En la intervención de la tercera sesión en la actividad “Héroe o la heroína” (ver anexo 3) en donde los niños identificaron las características personales que los

hacían diferentes de los demás y en dónde usaban estas características, en esta dinámica “una de las niñas dijo que era diferente a los demás físicamente, que era de estatura menor pero que como era más chiquita podía caber por todas partes cuando corría para que no la alcanzaran, que era buena para jugar futbol y que por eso la escogían en educación física, una de sus compañeras retroalimentó y dijo que sí era cierto, que detenía muy bien el balón, al sentir que era reconocida debido al comentario de su compañera, la niña que estaba enfrente sintió que sus habilidades estaban siendo reconocidas y con seguridad dijo que era buena porque le gustaba el futbol” (D.C.; 05/12/2011).

El promover el incremento de la confianza también se incluyó en el taller como estrategia, facilitando que el niño se percibiera capaz de realizar las actividades, así como de poseer el potencial para llevarlo a cabo a la práctica. Como lo dice Alles (2004), es necesario aumentar la confianza para poder elevar la autoestima y para ello, es necesario que los niños estén convencidos de que son capaces de realizar diversas actividades.

Lo mencionado anteriormente se pudo identificar en la actividad del “Rally” (ver anexo 3) en donde “los niños estuvieron expuestos a diferentes retos como son saltar la cuerda, armar rompecabezas y hacer mímica, en ésta, los dos niños que pasaron primero a hacer la mímica para que sus compañeros adivinaran sólo se balanceaban de un lado para otro y agachaban la cabeza sin hacer ningún movimiento, el facilitador consideró conveniente dar otra oportunidad a los niños para que pasaran al final de sus compañeros e intentaran realizar las señas nuevamente,

y en esa segunda oportunidad aunque las señas no fueron expresadas con soltura, lograron realizar la actividad siendo motivados por los demás niños que les decían que sí podían, que les dijeran qué era y empezaron a adivinar y a preguntar, lo que hizo que los niños tuvieran que realizar la mímica expresándose más fluidamente” (D.C.; 09/12/2011).

Con esto se puede corroborar que los niños, al percibir que sí podían realizar las señas que originalmente consideraban que no lograrían hacer, pudieron llevar a cabo la actividad con más soltura debido a que se consideraron y vieron capaces, lo que incrementó su confianza para lograrlo.

Respecto a la confianza, Alles (2004) señala que se adquiere al realizar con éxito diversas tareas y abordar desafíos con un pensamiento positivo respecto al resultado, teniendo perseverancia, ausencia de vergüenza y culpa al realizar los nuevos desafíos, sin dudar de sus capacidades y sin temor a emplearlas.

Se pudo ver presente lo anterior cuando se llevó a cabo la realización de la actividad “La barra de equilibrio” (ver anexo 3), la cual consistió en cruzar por una viga de un lado a otro, aquí “algunos de los niños presentaron temor a pasar por la viga y no por la altura ya que ésta no representaba un riesgo real para los niños, sino por el temor al reto de no caer, de no poder hacerlo y los demás sí, ya que uno de los niños pregunto qué pasaba si se caía, otro más dijo que él quería pasar hasta el final, aquí los niños ponían atención a cada uno de los compañeros que iba pasando, tres de los niños se cayeron, pero se les dijo que se habían salvado de las pirañas que

estaban en el mar y debían comenzar desde el barco hasta lograrlo, uno de los niños renegó en un principio pero sí realizó la actividad, y al final se volvió a subir para cruzarla nuevamente” (D.C.; 30/11/2011).

Esto permite ver que los niños, una vez seguros de sí y de que podían cruzar, dejaron de lado su vergüenza y temor a caer, así, realizaron la actividad exitosamente; por ello es importante que los chicos se consideren capaces para poder enfrentar nuevos retos de manera satisfactoria.

Otro propósito de la estrategia implementada fue facilitar el incremento de valores sociales, los cuales permiten a los niños ser aceptados por la sociedad debido a que ésta se rige por normas, asimismo, el niño puede conocer la importancia y función de éstas dentro de la sociedad,

Con respecto a esto, Ramírez (2008) señala que los valores sociales están vinculados con la autoestima, debido a que por medio de aquéllos se logra la aceptación social, así como relaciones sociales positivas y retroalimentación favorable para los niños.

Cuando las normas y valores sociales no están bien cimentados en los niños, se provoca que se genere un rechazo hacia ellos, debido a que las normas y valores son indispensables para vivir satisfactoriamente en sociedad.

En el taller terapéutico aplicado se pudo observar “a uno de los niños que le decía a su compañera que no cabía en ningún lado porque estaba gorda y cuando caminaba retumbaba el piso, el facilitador llamó la atención al niño y al resto del grupo en general y se prohibieron sobrenombres y faltas de respeto durante las sesiones; otra de las niñas en ese momento comentó que a ella le había dicho que parecía caca y dijo que lo regresaran a su salón, el facilitador mencionó que no era necesario debido a que ya no se permitirían faltas de respeto, y cuestionó a todos si les gustaría si así como a veces se ponen sobrenombres a otras personas, les gustaría que se los pusieran a ellos y dijeron que no, entonces se dijo en común acuerdo que habría respeto durante cada sesión del taller porque era necesario para poder continuar.” (D.C.; 30/11/2011).

Facilitar el contacto y relaciones entre los niños fue otra de las estrategias, por medio de ello es posible que los menores obtengan mayor seguridad para desenvolverse en el área social, lo cual les permite desarrollarse en el diario vivir. Concuerdan con esto Splitter y Sharp (2000), mencionando que los niños se ven favorecidos al relacionarse con los demás pues les facilitan la realización de actividades de la vida cotidiana, pues de lo contrario, tratarían de entenderse en términos puramente cognitivos o lógicos, se mantendrían retraídos, como espectadores y dejando de lado los procesos que constituyen el diario vivir, las relaciones sociales, indican los autores, incrementan su seguridad personal y por ende, su autoestima.

Respecto a esto fue observable que el contacto durante la actividad “Andar en tren” (ver anexo 3) en donde se involucraba un contacto físico entre los niños, “al comienzo de la misma, las indicaciones de lo que debían hacer los niños involucraban un contacto menor. Conforme fue avanzando la actividad, también fue aumentando el contacto. Uno de los niños comenzó realizando cada indicación, pero al llegar a un abrazo él no se acercó a nadie, en cuanto se indicó nuevamente un abrazo una de las niñas lo abrazó, aunque el niño no respondió al abrazo; en las indicaciones siguientes se integró realizando las indicaciones pero aún con límites respecto a la cercanía con los demás.” (D.C.; 09/12/2011).

De esta forma se puede observar que la interacción con otros es importante, pues permite desenvolverse de manera favorable dentro de un contexto social, además de que enriquece la vida de los niños, conforme el individuo interactúa, se involucra y deja de ser espectador.

Respecto a lo anterior, se puede deducir que la estrategia implementada en el taller para la reestructuración de la autoestima fue aquella que permitió a los niños encontrar en ellos mismos las herramientas necesarias para enfrentarse a su vida cotidiana, facilitándoles el ser conscientes de sus capacidades y habilidades, así como la aceptación propia que refuerza el amor propio y eleva su autoestima.

Las técnicas con las que se observaron cambios en los indicadores de la depresión infantil durante el taller y que se registraron en el diario de campo fueron las siguientes:

- *La retroalimentación positiva de los integrantes del grupo hacia sus compañeros.*

Señala Alberca (2001) que la validación y aprobación hacia los niños incrementa la aceptación y autoestima, disminuyendo los indicadores de depresión infantil que señala Porti (2006) como son: necesidad de alejarse, negativismo y anhedonia.

Esto se reflejó en los niños que se alejaban y no deseaban participar, sin embargo, durante el taller terapéutico se fueron integrando a la actividad “Dibujando siluetas” (ver anexo 3); “en particular, una de las niñas se levantó y al momento de estar enfrente no quiso participar, se fue a una de las esquinas del salón, se colocó en posición fetal y comenzó a balancearse; el facilitador motivó a los demás niños para que hicieran la retroalimentación positiva aunque la niña estuviera en la esquina del salón, después de escucharla y que fue el turno del siguiente compañero, la niña regreso junto con el resto de sus compañeros; en las siguientes actividades su comunicación verbal no era vasta, pero interactuaba con los demás y realizaba las actividades” (D.C.; 05/12/2011).

Esto quiere decir que los niños van formando la perspectiva de sí mismos de acuerdo con lo que el medio les manifiesta de ellos, de manera que son capaces de creer en ello y adoptarlo para sí, por eso es importante que se les reflejen los aspectos positivos de su persona, y sean capaces de reconocer que los poseen.

- *Plasmar y verbalizar las capacidades y habilidades que cada uno tiene, para que después cada uno lo verbalice diciéndolas junto con lo que más les gusta de ellos.*

Domenech (1988) indica que la insatisfacción en distintas áreas de la vida de los niños puede ocasionar depresión infantil, por lo que es importante que los niños se sientan satisfechos de actividades que realizan. Concuerta con esto Aguiló (2005) indicando que cuando los niños se desaniman constantemente por percibir como inalcanzable para ellos alguna situación, no se atreven a enfrentarla y esto facilita un estado de ánimo negativo.

Aunque en un principio en la actividad “El héroe” (ver anexo 3), “uno de los niños tuvo conductas de vergüenza como cambiar la coloración de su piel, agachar la cabeza y encoger los hombros, negarse a participar, finalmente, conforme pasó el tiempo fue tomando confianza, esto se notó en su postura corporal, ya que dejó de encoger los hombros y verbalizó ser alegre y cariñoso, pudo decirlo de manera más fluida al final mencionando que le gustaba cocinar, que era bueno para jugar y no le gustaba la escuela” (D.C.; 30/11/2011).

Con ello, se observó un cambio en el pensamiento, pues en un principio manifestó en el pre-test que todo le salía mal y después pudo reconocer que sí podía realizar actividades de manera favorable.

Por ende, se deduce que los niños necesitan reafirmarse a sí mismos de manera positiva y pensarlo, para después manifestarlo, ayuda a este proceso, pues

ello implica tener la convicción de que realmente es así. El reconocimiento de habilidades y capacidades permite a cada uno percibirse como alguien capaz, haciendo de lado los pensamientos negativos de que todo le va a salir mal.

- *La realización de cartas de los padres o tutores a sus hijos diciéndoles cuánto los quieren.*

Indica Pereda (2007) que la familia y la aceptación, así como cariño manifestado por la misma, es necesario para que el niño incremente su estado de ánimo, ya que como menciona González (2001), los niños deben sentirse dignos de cariño y experimentarse así; al igual, los mensajes tanto verbales como no verbales deben ser de aceptación y cariño, sobre todo de las personas que son importantes para los niños.

Se pudo apreciar esta problemática dentro del taller cuando “al leer las cartas, una que decía que su hija era importante, un regalo especial , decía que la quería mucho y que era lo más importante de su vida, además de esto agregaban algo corto que señalaba que no le gustaba que fuera enojona, aun con esto fue mayor el impacto positivo, pues dijo que le gustó mucho la cartas y señaló que ella pensaba que su mamá no la quería y con esto se dio cuenta de que no era así.” (D.C.; 09/12/2011).

Con respecto a lo anterior, se infiere que las figuras que son de autoridad y de mayor importancia para los niños, tienen una gran influencia en ellos y lo que

manifiesten respecto a ellos, tiene una repercusión en la forma en que el chico se percibe a sí mismo, de este modo, si se hacen retroalimentaciones positivas, será benéfico para él y esto mejorará su estado de ánimo.

#### **4.4.2 Indicadores de depresión infantil que se presentaron con mayor frecuencia en los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57.**

En el pre-test aplicado a los niños se identificaron los indicadores de depresión infantil que se presentan con mayor incidencia en los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57 de Uruapan, Michoacán, entre los que se encuentran las siguientes de mayor a menor incidencia.

El indicador que se presentó con un 85.71% fue:

- *Preocupación por dolores y enfermedades:* esto es, los niños con depresión infantil pueden manifestar síntomas físicos de malestar, de acuerdo con esto, Pereda (2007) menciona que los niños con depresión infantil presentan quejas somáticas por medio de las cuales se puede enmascarar la depresión y reflejarla de esta manera al exterior.

Aunque ésta no pudo comprobarse durante el trascurso del taller, los niños manifestaron en el pre-test la presencia de los síntomas, lo cual indica que los niños somatizan las problemáticas que están a su alrededor, así como las experiencias

negativas y retroalimentación poco favorable proveniente de su contexto, manifestándolo como enfermedad.

Los indicadores que se presentaron con una frecuencia de 78.57% fueron:

- *Creencia de realizar las cosas de manera inadecuada:* dicho con otras palabras, considera que todo le sale mal, respecto a esto Porti (2006) señala que existe negativismo y predisposición a que las tareas que se realizan, sean juzgadas como mal hechas.

Durante el taller, al realizar la actividad del “Rally” (ver anexo 3), “durante el reto de armar un rompecabezas, uno de los niños siempre consultaba antes de poner la pieza, si la podía colocar en donde él pensaba que debería ir, buscando siempre la aprobación de los demás niños” (D.C.; 09/11/2011).

- *Les cuesta trabajo realizar actividades y tener un buen desempeño en el ámbito escolar:* de acuerdo con Domenech (1988), la depresión está relacionada con una insatisfacción en el área académica, ya que ésta ocasiona un sentimiento de inferioridad y malestar en los niños.

Respecto a lo anterior, se pudo constatar con las maestras de los niños que ellos presentaban calificaciones bajas y un retraso en el aprendizaje respecto a sus compañeros.

- *Falta de apetito:* de acuerdo con De la Portilla (2006), los niños presentan trastornos del apetito, específicamente dejan de comer y manifiestan no tener hambre, o bien, comen demasiado. Durante el taller, no se pudo constatar ese indicador.
- *Sentimientos de soledad:* los cuales, señala Barrera (2003), son una manifestación de la depresión, así como un mecanismo defensivo de los niños para evitar al entorno y con ello, bloquear algunos sentimientos de malestar.

Al inicio del taller, “la mayoría de los niños casi no se hablaban y si lo hacían, era sólo con los niños que pertenecían a su mismo grupo, al momento de empezar a realizar las actividades individuales como ‘quién soy’ (ver anexo 3), varios niños se aislaron para realizar su trabajo aun cuando se iba a compartir material, una de las niñas tomó los recortes y dos o tres crayolas y se aisló de los demás para realizar la actividad.” (D.C.; (30/11/2011).

Los indicadores que se presentaron en un 71.42% son los siguientes:

- *El no tener amigos:* es uno de los que se generan de acuerdo con lo que señala Rivas (1995), ya que en el contexto escolar el niño se relaciona la mayor parte del tiempo, por lo que si se siente rechazado o comparado socialmente, tenderá a alejarse en lugar de relacionarse con los demás compañeros.

Durante el taller se pudo apreciar que “la conducta ofensiva de uno de los niños hacia que los demás hizo que lo rechazaran y no lo quisieran junto con ellos, puesto que una de las niñas mencionó que deseaba que lo mandaran a su salón, ya que la había ofendido.” (D.C.; 30/11/2011).

- *Sentir que nadie los quiere:* en relación con esto, Pereda (2007) indica que la causa de depresión puede ser el no sentirse querido y esto es generado en muchas ocasiones por desintegración familiar, falta de muestras de afecto de los padres o de figuras significativas para el niño, o bien, separación de los miembros de la familia.

En el proceso del taller, “una de las niñas mencionó que su mamá le decía que ella no servía para nada, y con esto ella pensaba que su mamá no la quería.” (D.C.; 05/12/2011).

En un porcentaje de 64.28% se encuentran los indicadores:

- *Problemas de sueño,* los cuales pueden referirse, menciona Portilla (2006), a terrores nocturnos, pesadillas, problemas para lograr conciliar el sueño y mantenerse en vigilia por un periodo prolongado, o querer dormir durante varios periodos en el día. Este indicador no pudo corroborarse durante el taller.
- *Consideran que su apariencia física es desagradable:* lo cual es parte de una baja autoestima, como señalan Ledesma y Melero (1989), ya que los niños con

depresión infantil basan su estado de ánimo en lo que los demás le reflejan de sí mismos. Durante el taller “a una de las niñas un compañero le dijo que estaba gorda, la niña no respondió al comentario, sólo se quedó seria y se volteó.” (D.C.; 30/11/2011).

- *Poseen pensamientos de querer matarse:* los cuales, indica Porti (2006), se deben a la desesperanza que el niño tiene y su visión negativa del mundo. Esto no pudo corroborarse durante el taller
- *Sentimientos de tristeza:* los cuales pueden ser generados a partir del entorno que rodea al menor, como lo expresan Ledesma y Melero (1989), ya que los niños son influidos en muchas ocasiones por el estado de ánimo de los padres, lo cual ocasiona en ellos tristeza.

Se pudo constatar durante el taller que “cuando una de las niñas dijo que su mamá era abogada y que vivía con su abuelita, ya que su mamá no podía cuidarla porque llegaba noche y casi no la veía, y que tal vez su mamá no le iba a poder hacer la carta que el facilitador le estaba pidiendo, al decir, esto la niña se mostró muy seria, su voz fue tenue y agachó la mirada.” (D.C.; 05/12/2011).

En relación con los indicadores de depresión que se presentaron con mayor incidencia, se puede señalar que la mayoría de ellos se deben a fuentes externas, ya que el niño es provisto de su contexto de comentarios negativos que le hacen creer

que su persona está llena de ellos. Por lo que se puede decir que la depresión en los niños se presenta en mayor medida debido a la influencia del medio que lo rodea

#### **4.4.3 Efectos del taller en la depresión infantil.**

Las modificaciones que se realizaron en los indicadores de depresión infantil durante el proceso del taller para la reestructuración de la autoestima, se pudieron observar en la reducción de la frecuencia en los pensamientos de que todas las actividades les salen mal, se pudo observar en las técnicas aplicadas donde los niños con mayor soltura fueron identificando las tareas que se les facilitaban y para las cuales tenían habilidades, por ejemplo, cuando “uno de los niños en la actividad ‘Dibujando siluetas’ (ver anexo 3) se comenzó a dibujar y después rayó sobre el trazo porque dijo que él no sabía dibujar, le dio vuelta a la hoja y lo volvió a hacer; al exponerlo a sus compañeros, no quería mostrarlo y mantenía el papel doblado, dijo que no lo quería enseñar porque le había quedado feo y después de que los demás niños le dijeron que querían verlo e insistir en que lo desdoblara, accedió, pero no quería explicar lo que había puesto en el dibujo; al retroalimentarlo, los niños le dijeron que le había quedado bien su dibujo, y comenzaron a preguntarle qué era lo que decía y él comenzó a contestar. En las siguientes actividades el niño se fue mostrando cada vez más participativo” (D.C.; 05/12/2011).

Con respecto a lo anterior, señalan Hales y Yudofsky (2009) que es importante que los niños tengan una evaluación positiva del Yo, puesto que esto se refleja en los estados de ánimo, y ello se puede lograr, de acuerdo con Jerry y Trull (2006), por

medio del juego, ya que éste, así sea individual o en grupo, propicia la práctica activa de las conductas con las que los niños solucionarán sus conflictos en la vida cotidiana; además de que el juego tiene un valor terapéutico importante en los niños con trastornos psicológicos.

Se puede decir que conforme los niños se van viendo a sí mismos como provistos de capacidades para poder realizar actividades en las que antes se pensaban incapaces, los pensamientos catastróficos van menguando, puesto que adquieren seguridad en ellos mismos para tomar nuevos retos.

El no querer estar con otras personas fue otro de los indicadores en los que se pudo observar la disminución de la depresión infantil en los niños, puesto que conforme fueron avanzando las sesiones del taller, los chicos se fueron integrando con mayor soltura y se relacionaron más entre ellos, mediante conversaciones y al incluirse en las actividades de equipo.

De acuerdo con esto, Pereda (2007) indica que la depresión afecta el desarrollo social, emocional y cognitivo del niño, por lo que favorecer la interacción con el entorno beneficia la generación de estados de ánimo positivos para los niños, ya que como indica André (2009), el enriquecimiento de la autoestima o su descenso, influye en los estados de ánimo, ya que una autoestima frágil lleva a estados de ánimo negativos, sobre todo cuando existe interferencia de situaciones estresantes, mientras que la autoestima positiva favorece los estados de ánimo provechosos.

Durante el taller terapéutico se pudo observar lo anterior al realizar la actividad “El Túnel” (ver anexo 3) en donde “una de las niñas se aislaba debido a que decía que no iba a caber por el túnel realizado por sus compañeros, ya que se percibía a sí misma como una niña con sobrepeso. Una vez que se integró a la fila se iba recorriendo hacia atrás para que no llegara su turno, el facilitador le pidió que no se recorriera y cuando le tocó su turno, los demás niños también facilitaron el que la niña pudiera pasar por el túnel, le fueron dando indicaciones para que lo hiciera de la mejor manera posible; al finalizar, la niña no dijo nada, solamente se sonrió y se colocó nuevamente en la fila.” (D.C.; 05/12/2011).

Respecto a los sentimientos de no querer estar con otras personas, que presentan los niños con depresión infantil, se puede inferir que la interacción y aceptación de otros individuos es indispensable, puesto que el rechazo hace que los niños prefieran la soledad a los sentimientos de no aceptación por parte de otros, por lo tanto, facilitar la convivencia e interacción con otras personas siempre y cuando se mantenga un respeto, es benéfico para los infantes que presentan depresión, además de que la interacción con los demás facilita las tareas y permite a los menores llevar a cabo actividades de manera satisfactoria.

Uno más de los indicadores que se modificaron fue el pensamiento que tenían los niños de que nadie los quería, se vio en las expresiones en las que ellos manifestaron sentirse bien al saber que sus padres los querían, siendo que ellos pensaban lo contrario.

Mencionan Ledesma y Melero (1989) que la carencia de afecto o de sus demostraciones, pueden llevar a los niños a un estado de ánimo desfavorable para ellos o a la depresión, ya que como menciona Barrera (2003), el afecto por parte de la familia es importante puesto que son las personas con las que mayormente conviven los niños, y el manifestarles el cariño permite a los menores saberse amados e importantes, lo que beneficia su estado de ánimo.

En el proceso del taller, esta situación se apreció cuando “uno de los niños mencionó que su mamá iba a escribir en la carta que él se portaba mal y que no hacia la tarea; pero cuando le tocó leer su carta, la mamá puso comentarios positivos de su hijo, le dijo que lo amaba, también puso que ojalá se portara bien y no peleara, pero cuando terminó de leer la carta, se le preguntó quién la escribió y qué pensaba de ella; él dijo que le gustó mucho y que la iba a guardar” (D.C.; 09/12/2011). De acuerdo con lo anterior, se señala que los niños que experimentan amor brindado por los demás, son capaces de sentirlo, de cambiar la perspectiva que tenían respecto a los demás y de sí mismos, esto favorece la reestructuración del pensamiento de los niños y por tanto, de su autoestima.

Anteriormente se hizo mención del cumplimiento de los objetivos específicos del estudio, los cuales contribuyeron para llegar a una interpretación de acuerdo con los resultados obtenidos y asimismo, poder cumplir con el objetivo general. Enseguida se exponen las conclusiones obtenidas con la presente investigación.

## CONCLUSIONES

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad conocer si los niveles de depresión de los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57 disminuían después de recibir un taller terapéutico para la reestructuración de la autoestima, por lo cual se aplicó un pre-test y un post-test para conocer los niveles de depresión infantil antes y después de la aplicación del Taller para la Reestructuración de la Autoestima Infantil. Durante dicha intervención se pudieron observar modificaciones en los indicadores de depresión infantil, conductas de los niños y técnicas que presentaron mejores resultados para modificar los indicadores.

La experiencia que se tuvo durante el desarrollo de la presente indagación, fue enriquecedora debido a que se pudieron observar detalladamente las variables estudiadas, las situaciones presentadas en el entorno y la evolución de cada uno de los niños durante el proceso del taller. Por lo antes mencionado, se pudo dar solución a los objetivos particulares planteados en la investigación, de los cuales, del uno al tres, por ser de carácter documental, quedan resueltos en el marco teórico.

En cuanto al objetivo particular cuarto, se determina que los indicadores de depresión infantil que se presentaron con mayor incidencia fueron: la preocupación por dolores y enfermedades, creencia de realizar las tareas de manera inadecuada, les cuesta trabajo realizar actividades y tener un buen desempeño en el ámbito escolar, falta de apetito, sentimientos de soledad, el no tener amigos, sentir que

nadie los quiere, problemas de sueño, consideran que su apariencia física es desagradable, poseen pensamientos de querer matarse y sentimientos de tristeza.

En cuanto al objetivo cinco, referente a la descripción de las estrategias implementadas en el taller desde un enfoque psicosocial, se presentó en el apartado anterior, por lo que aquí sólo se reafirma que dichas tácticas estuvieron dirigidas a fomentar el valor propio, el descubrimiento de capacidades y habilidades, propiciar el incremento de seguridad personal e interacción con otros, así como fomentar los valores sociales, todo esto con el fin de que los niños descubrieran sus potencialidades y fortalezas.

En lo que respecta al objetivo seis, las técnicas aplicadas con las que se observaron cambios en los indicadores de la depresión infantil, tal como se describió, fueron: “Realización de cartas de los padres a sus hijos”, “El Héroe o heroína”, “Dibujando siluetas” y “Caricias por escrito”. Con ellas se lograron dos objetivos: 1) propiciaron el reconocimiento de habilidades y capacidades y 2) la retroalimentación positiva de compañeros y figuras de mayor importancia para los niños.

Por otra parte, el objetivo siete, que hace referencia a las modificaciones realizadas en los indicadores de depresión infantil, se encontraron: un favorecimiento en las relaciones sociales, disminución del pensamiento catastrófico, modificación en la creencia de no ser amados por nadie y disminución de la creencia de incapacidad al realizar la mayoría de las actividades.

Con ello se da respuesta al objetivo general de esta investigación en relación a si existe diferencia entre los niveles iniciales de depresión y los niveles de ésta al término de la aplicación del taller de autoestima, ya que los resultados de la comparación del pre-test con el post-test arrojan disminuciones que en cada uno de los niños fue de un porcentaje diferente (véase anexo 1y 2) pero benéfico en todos.

De manera específica, la menor diferencia de la modificación arrojó una variación de 5.55% en decremento de la depresión infantil, mientras que los puntajes más altos de disminución fueron hasta un 30.33% de disminución de dicha variable, lo que indica que cada niño es un caso diferente y asimismo, se vieron afectados de distinta manera por el taller de autoestima; aunque en algunos el cambio fue menor y en otros mayor, en todos hubo un resultado favorable, lo cual indica que en el caso de los niños de la Escuela Primaria Constitución del '57, el taller de autoestima que recibieron realizó modificaciones en el nivel de depresión infantil.

Para comprobar la validez estadística de este resultado, se realizó la prueba T de Student con un nivel de significancia del 0.05, esto es, una confianza del 95% para muestras dependientes, debido a que esta investigación se realizó con un solo grupo en momentos distintos, de lo cual se obtuvo una T del proceso de 7.86 y una T de la tabla de 2.14 (ver anexo 4) y debido a que el primer índice es mayor que el segundo, se interpreta que existe una diferencia significativa, por lo cual se acepta la hipótesis de trabajo que a la letra dice: existe disminución significativa en los niveles de depresión presentados por los alumnos de la Escuela Primaria Constitución del

'57 de Uruapan, Michoacán, después de participar en la aplicación de un taller terapéutico para la reestructuración de la autoestima por medio del juego.

## BIBLIOGRAFIA

- Aguiló, Alfonso. (2005)  
Educar los sentimientos.  
Editorial Palabra. España.
- Alberca Serrano, Román. (2001)  
Tratamiento de las enfermedades conductuales.  
Editorial Médica Panamericana. México.
- Alles, Martha Alicia. (2004)  
Cómo descubrir las competencias.  
Editorial Granica, S.A. México
- André, Christophe. (2005)  
Los estados de ánimo.  
Editorial Karós. Barcelona, España.
- André, Christophe. (2005)  
Prácticas de autoayuda.  
Editorial Karós. Barcelona, España.
- Ansión, Juan; Villacorta, Ana María. (2004)  
Para comprender la escuela pública desde sus crisis y posibilidades.  
Editorial Fondo Editorial PUCP. Perú.
- Barieto, Alfonso. (2006)  
Autoestima y autoimagen.  
Editorial Paulinas. Bogotá, Colombia.
- Barrera, Luis Martino. (2003)  
El niño discapacitado.  
Editorial Nobuko. Argentina.
- Beltran Llera, Jesús; Bueno Álvarez, José Antonio. (1995)  
Psicología de la educación.  
Editorial Boixareu Universitaria. Barcelona, España.
- Bosch Fiol, Esperanza; Ferrer Pérez, Victoria A.; Alzamora Mir, Aina. (2006)  
El laberinto patriarcal.  
Editorial Anthropos. España.
- Chinchilla Moreno, Alfonso. (2008)  
La depresión y sus mascararas un enfoque terapéutico.  
Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires, Argentina.

Cloninger, Susan C. (2005)  
Teorías de la personalidad.  
Editorial Pearson Prentice Hall, México.

Costa Neiva, María Kathia. (1998)  
Manual de pruebas de inteligencia y aptitudes.  
Plaza Valdez Editores. México.

De La Portilla Maya, Sonia Rocío. (2006)  
Bases teóricas de la psiquiatría infantil.  
Editorial Universidad de Caldas. Manizales, Colombia.

Domenech, E. (1988)  
Las depresiones infantiles.  
Editorial Morata. España.

Duque Yepes, Hernado. (2005)  
La autoestima en vida familiar.  
Editorial San Pablo. Bogotá, Colombia.

Gamero, Mariano. (2006)  
Maneras de hacer pedagogía.  
Editorial Cooperativa de Colombia.

Garaigordobil, Maitz. (2005)  
Diseño y evaluación de un programa de Intervención Sociemocional para promover  
la conducta prosocial y prevenir la violencia.  
Editorial Ministerio de Educación. España.

García Correa, Antonio. (2008)  
La disciplina escolar.  
Editorial EDITUM, Universidad de Murcia. España.

Gómez, José Manuel. (2000)  
Economía y valores humanos, hombre y sociedad.  
Editorial Encuentro. Madrid.

González, Norma Ivonne. (2001)  
La autoestima, medición y estrategia de reconstrucción del ser.  
Editorial UAEM. México.

Gordon, Ann Mules. (2001)  
La infancia y su desarrollo.  
Editorial Delmar Thomson learning. E.U.A.

Grant, Wendy. (1999)  
Quieres cambiar tu vida.  
Editorial Sirio S.A. Argentina.

Guitard Aced, Rosa. (2002)  
Las actitudes en el centro escolar.  
Editorial GRAO; de IRIF. SL. Barcelona, España.

Hales Robert E.; Yudofsky, Stuart C. (2009)  
Tratado de psiquiatría Clínica.  
Editorial Elsevier. España.

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos.; Baptista Lucio, Pilar.  
(2006)  
Metodología de la investigación.  
Edit. McGraw-Hill. México.

Izquierdo Moreno, Ciriaco. (2001)  
Crecer en la autoestima.  
Editorial Paulinas. Lima Perú.

Juárez, Francisco José. (2006)  
Los valores y la cultura.  
Editorial Texto, C.A. Caracas, Venezuela.

Jerry Phares, E.; Trull, Timothy J. (2006)  
Psicología Clínica, conceptos, métodos y aspectos prácticos de la profesión.  
Editorial Thomsosn. México, D.F.

Kail, Robert. (2006)  
Desarrollo humano.  
Editorial Thomson. México.

Klaus, Heinemann. (2003)  
Introducción a la metodología de la investigación empírica.  
Editorial Paidotribo. Barcelona.

Ledesma Jimeno A.; Melero Marcos, L. (1989)  
Estudio sobre las depresiones.  
Editorial Universidad de Salamanca. España.

Lefrancois, Guy. (2005)  
El ciclo de la vida.  
Editorial Thomson. México.

- López, María Elena. (2006)  
Autoestima e Inteligencia Emocional.  
Editorial Gomma S.A. Colombia.
- Maldonado, Teresa M. (2006)  
Autoestima y Autoconcepto del niño y de la niña.  
Editorial Plural. Bolivia.
- Manso Espinosa, Carlos. (2004)  
Los niños y los jóvenes del tercer milenio. Guía práctica para padres y educadores.  
Editorial Sirio. México, D.F.
- Mardomingo Sanz, María Jesús. (1994)  
Psiquiatría del niño y del adolescente: Método, fundamentos y síndromes.  
Editorial Díaz de Santos. Madrid, España.
- Martí, Miguel (2000)  
Historia de la educación.  
Editorial siglo XXI. México D.F.
- Marulanda, Angélica. (2001)  
Creciendo con nuestros hijos.  
Editorial Norma. Bogotá.
- Maya Betancourt, Arnobio. (2007)  
El Taller educativo.  
Editorial Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá Colombia.
- Mendoza A., Rebeca. (2006)  
Del maltrato a la ternura.  
Editorial San Paulo. Bogotá, Colombia
- Morrison, Andrew. (1998)  
La cultura de la Vergüenza.  
Editorial Paidós Ibérica. Buenos Aires, Argentina.
- Noya Arnaiz, Blanca. (2001)  
Conceptos fundamentales de la terapia ocupacional.  
Editorial Médica Panamericana. Madrid.
- Peña T., Gustavo. (2006)  
Una introducción a la Psicología.  
Editorial Universidad Católica Andrés. Caracas, Venezuela.
- Pereda, María José. (2007)  
Psicopatología infantil.  
Editorial Horsori Editorial, S.I. Barcelona, España.

- Piñuel, Iñaki; Oñate, Araceli. (2007)  
Violencia y acoso psicológico contra los niños.  
Editorial Ediciones Leac. España.
- Posada Díaz, Álvaro; Gómez, Juan Fernando; Ramírez, Humberto. (2004)  
El niño sano.  
Editorial Médica Panamericana. Bogotá, Colombia.
- Posse, Raúl; Melgosa, Julián. (2006)  
Para el niño: El arte de saber educar nuevo estilo de vida.  
Editorial Safeliz. España.
- Porti, C. Mariana. (2006)  
Obesidad infantil, salud para todos.  
Editorial Imaginador. Buenos Aires, Argentina.
- Ramírez Mota, Víctor. (2008)  
Características de una personalidad con alta autoestima.  
Editorial Paulinas. México D.F.
- Riso, Walter. (2009)  
Terapia.  
Editorial Paidós Ibérica S.A. Barcelona España.
- Rivas Terán, Mavirí. (1995)  
Psicopatología en la edad escolar.  
Editorial Universidad de Cantabria. España.
- Rojas, Ana Lorena. (2002)  
Psicoterapia con sobrevivientes del Abuso infantil.  
Editorial Universidad de Costa Rica. Costa Rica.
- Romero, Dulce María (2003)  
Terapia ocupacional: Teorías y Técnicas  
Editorial Elsevier España. Madrid España.
- Satir, Virginia. (2007)  
Terapia familiar paso a paso.  
Editorial Pax México. México
- Splitter, Laurance J.; Sharp, Ann M. (2000)  
La otra Educación filosófica para niños.  
Editorial Manantial. Buenos Aires Argentina.
- Stassen Berger, Kathleen. (2006)  
Psicología del desarrollo.  
Editorial Médica Panamericana. México.

Thayer, Robert E. (2000)  
El origen de los Estados de ánimo cotidianos.  
Editorial Paidós. España.

Tourion, José Manuel (2008)  
Educación en valores. Educación intercultural y formación para la convivencia  
pacífica.  
Editorial Netbiblo. España.

Voli, Franco. (2003)  
Autoestima para padres.  
Editorial Musivisual. Madrid España.

Zenhas, Armanda; Silva, Carla; Januário, Carlos; Malafoya, Claudia; Portugal, Isabel.  
(2001)  
Enseñar a estudiar, aprender a estudiar.  
Editorial Herramientas Narcea. Madrid.

## OTRAS FUENTES DE INFORMACIÓN

### Hemerografía

Frías, Mestre D. (1994)  
"Autoestima y depresión en los niños".  
Revista de psicología general y aplicaciones 4,47.

### Tesis

Báez Barrera, Vanessa; Barrios, Karen Evelyn. (2005)  
Influencia de un taller para modificar la autoestima sobre un grupo de niños de primaria.  
Tesis de la Universidad Tecnológica de México. Campus Atizapán. México.

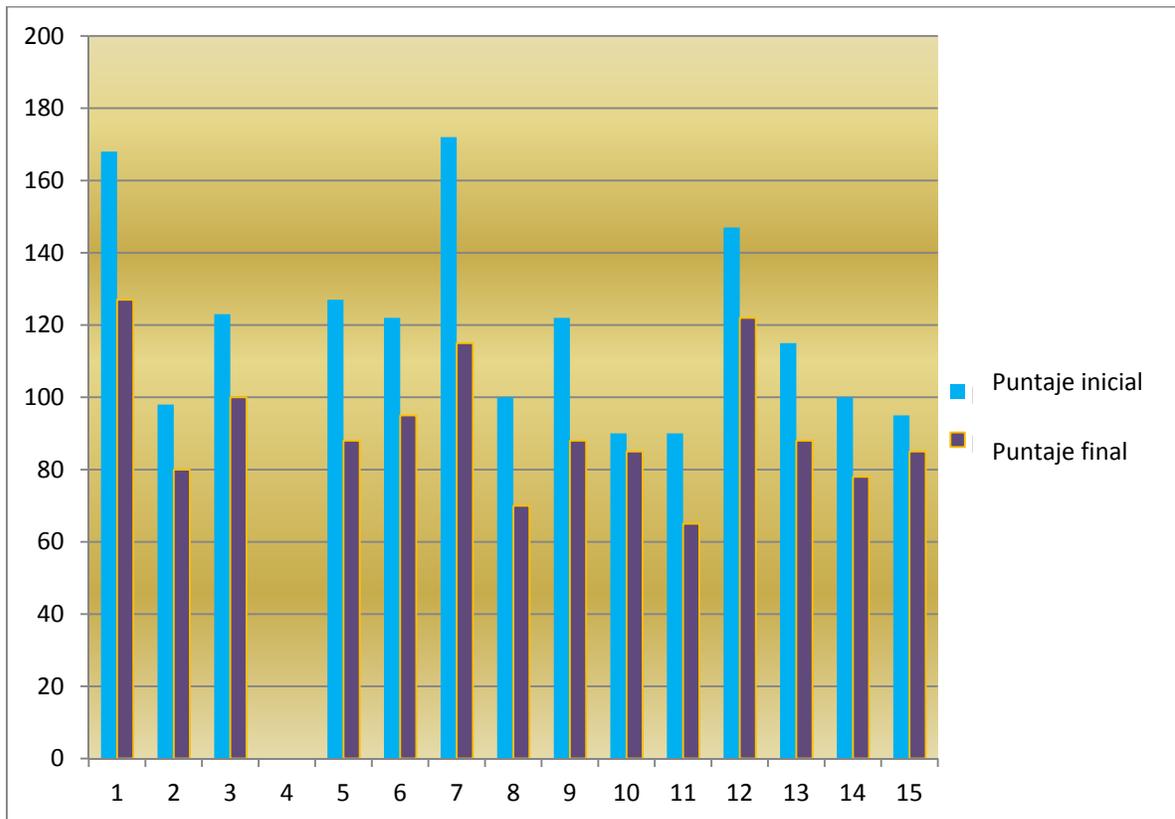
Nava Rubia, Sofía; Suárez Orvañanos, María. (2007)  
Programa para elevar el Autoconcepto.  
Tesis de la Universidad Iberoamericana. Querétaro, México.

Salazar Chavarría, Delia Joana; Uriegas González, Mariela. (2006)  
Autoestima desde un enfoque humanista. Diseño y aplicación de un programa de intervención.  
Tesis de la Universidad Pedagógica Nacional. Unidad Ajusco, México.

## ANEXO 1

<b>Diferencia en la depresión presentada antes y después de la aplicación del taller</b>			
<b>Sujeto</b>	<b>Antes</b>	<b>Después</b>	<b>Porcentaje de diferencia</b>
Sujeto 1	168	127	24.4047619
Sujeto 2	98	80	18.36734694
Sujeto 3	123	100	18.69918699
Sujeto 4			
Sujeto 5	127	88	30.70866142
Sujeto 6	122	95	22.13114754
Sujeto 7	172	115	33.13953488
Sujeto 8	100	70	30
Sujeto 9	122	88	27.86885246
Sujeto 10	90	85	5.555555556
Sujeto 11	90	65	27.77777778
Sujeto 12	147	122	17.00680272
Sujeto 13	115	88	23.47826087
Sujeto 14	100	78	22
Sujeto 15	95	85	10.52631579
<b>Totales</b>	<b>1669</b>	<b>1286</b>	<b>22.94787298</b>

Gráfica de diferencia en la depresión presentada antes y después de la aplicación del taller.



## **TALLER TERAPÉUTICO PARA LA REESTRUCTURACIÓN DE LA AUTOESTIMA**

### **Objetivo general**

Trabajar hacia la reestructuración de la autoestima por medio del juego.

### **Objetivos particulares**

- Incrementar la aceptación personal.
- Facilitar el incremento de la valía personal.
- Fomentar los valores sociales.

### **Objetivos específicos**

- Facilitar el reconocimiento de sí mismos.
- Propiciar el desarrollo de una percepción positiva de sí mismos.
- Facilitar el incremento de la confianza personal.
- Facilitar el reconocimiento de diferencias respecto a los demás como parte enriquecedora de su personalidad.
- Reafirmar las capacidades y habilidades de los niños.
- Fomentar valores sociales y seguridad personal.
- Facilitar el contacto y relaciones con otros niños.

## PRIMERA SESIÓN

**Objetivo particular:** Fomentar la aceptación personal

Objetivo específico	Actividad	Tiempo	Material	Evaluación
Presentar al facilitador y dar a conocer de manera general el taller.	<p><b>Presentación</b> De forma verbal el facilitador se presenta y puede cuestionar para que están los niños ahí, para posteriormente dar inicio.</p>	5min	No se requiere	Los niños responden para que se encuentran en el taller.
Propiciar la integración de los niños al grupo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Canasta revuelta</b> Con esta actividad se pretende fomentar la integración grupal.</li> </ul> <p>Al entrar se le da a cada niño un gafete con su nombre y el dibujo de una fruta. Se realiza un círculo con los niños sentados en el piso preferentemente para evitar golpes con las sillas. Se explica que al decir el nombre de la fruta que poseen deben cambiarse de lugar esas frutas y al decir terremoto todos cambian de lugar.</p>	7 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gafetes con los nombres y la imagen de la fruta correspondiente</li> <li>• Salón con suficiente espacio para todos los niños.</li> </ul>	Los niños comienzan a ser participativos e interactuar entre ellos.
Facilitar el reconocimiento de sí mismos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Quién soy</b> Incrementar el reconocimiento de la valía personal</li> </ul> <p>Se coloca a los niños en círculo y en el centro de este se colocan recortes diversas imágenes. Cada niño deberá seleccionar las imágenes que describan mejor quien es él.</p>	30min.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imágenes diversas</li> <li>• Cartulina para pegar las imágenes que formaran el collage.</li> <li>• Crayolas</li> </ul>	Se evalúa a partir de la facilidad con que los niños comparten su descripción personal.

	<p>Se puede complementar el collage con dibujos. A continuación cada niño explica su collage, los demás niños pueden realizarle preguntas acerca de lo que está en el collage o de aspectos que desea conocer del otro niño, el facilitador puede incitar a que se pregunte a quien está enfrente.</p> <p>Al final se hace una retroalimentación de lo que se hizo y de lo valioso que es cada persona, los niños deben ser quienes generen las ideas no el facilitador.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pegamento</li> <li>• Un salón con suficiente espacio.</li> </ul>	
<p>Propiciar el desarrollo de una percepción positiva de sí mismos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Caricias escritas</b></li> </ul> <p>Incrementar el desarrollo de una imagen positiva de sí mismo, integración con el grupo y fortalecimiento de las relaciones interpersonales</p> <p>A cada niño se le entrega un corazón de papel y se le pide que ponga en él su nombre y junto con este debe escribirse una frase “bonita” en donde se elogie a sí mismo, puede ser de cualidades físicas o de personalidad. Se les da ejemplos como:  “soy muy bonita ” ”soy muy guapo” “tengo muy bonitos ojos” “soy muy buena estudiante” “soy muy alegre”  Después de poner la cualidad debe ir acompañado de un y me quiero mucho.  Como:  Soy muy listo (a) y me quiero mucho.</p>	<p>10 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corazones de papel</li> <li>• Un muro listo para pegar los corazones</li> <li>• Crayolas o pincelines</li> <li>Cinta adhesiva</li> </ul>	<p>Se evalúa observando la facilidad de cada niño para auto elogiarse y elogiar a los demás.</p>

	<p>Posteriormente cada niño pega su corazón en el muro. Se le pide que al día siguiente traiga un papel donde haga un elogio a uno de sus compañeros para que lo pegue en el corazón de la persona a la que elogio (esta última indicación se puede dar la siguiente sesión o dejarse de tarea.)</p> <p>Al terminar la sesión se pide un aplauso para todos ya que lo hicieron muy bien (para cerrar y finalizar.)</p>			
--	--	--	--	--

## SEGUNDA SESIÓN

**Objetivo particular:** Desarrollar seguridad en sí mismos.

Objetivo específico	Actividad	Tiempo	Material	Evaluación
<p>Propiciar el desarrollo de una percepción positiva de sí mismos</p>	<p><b>Continuación caricias por escrito</b> Se inicia recordando que se hizo la sesión pasada y se le da a cada niño un papelito para que ponga el elogio que hará a su compañero (esto solo si no se dejo de tarea.) y se pide que ese elogio se coloque en el corazón del dueño de ese buen comentario.</p>	<p>7 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeletas</li> <li>• Lápices</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	<p>Se evalúa observando la facilidad de cada niño para auto elogiarse y elogiar a los demás.</p>
<p>Facilitar el incremento de confianza en sí mismos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cruzar para llegar a la isla (Barra de equilibrio)</b> Desarrollar la confianza en sí mismo.</li> </ul> <p>Se le dice a los niños que ellos se encuentran en un barco y está a punto de hundirse de modo que todos tienen que salir, afortunadamente hay una isla muy cerca y todos podrán llegar a ella, aunque se tendrán que esforzar ya que solo se puede</p>	<p>25 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dos bardas o botes de metal para colocar una tabla</li> <li>• barra de equilibrio (tabla) de aprox. 30 cm de ancho. Y largo a consideración de cada facilitador lo sugerido es 1 metro y medio.</li> <li>• 1 o 2 Colchonetas</li> </ul>	<p>Los niños manifiestan confianza al poder cruzar la barra de equilibrio sin temor.</p>

	<p>cruzar por una rampa muy delgada que se utiliza para subir cosas al barco, es imposible cruzar nadando debido a que debajo hay muchas pirañas.</p> <p>Cada niño debe pasar por una barra de equilibrio que simula el puente (o rampa), esta se coloca entre dos botes que sostengan el peso del niño, o dos pequeñas bardas, la altura no debe implicar un riesgo grave para el niño.</p> <p>Uno a uno debe cruzar si se cae se le dice que se ha salvado de las pirañas pero debe volver a comenzar desde el barco.</p> <p>A los lados de la barra se colocan colchonetas para asegurar la integridad física de los niños.</p> <p>Los niños pueden dar consejos de cómo cruzar a quien se encuentra en el puente, la técnica termina cuando todos han cruzado.</p> <p>Se retroalimenta preguntado quien tuvo temor, que sintieron antes y después de haber cruzado y se enfatiza por último en que todos pudieron cruzar aun con la dificultad que esto implicaba.</p>		<p>para cubrir el largo de la tabla.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Puede realizarse en un lugar semiabierto, o cerrado.</li></ul>	
--	--	--	---	--

<p>Fortalecer la confianza individual y grupal.</p>	<p><b>El túnel</b> Incrementar la confianza personal y grupal.</p> <p>La indicación que se da es que hay un tren que tiene que pasar por un túnel muy oscuro, y por ello debe ser dirigido para que no choque.</p> <p>Todos los niños con excepción de uno se colocan en fila uno tras otro a una distancia aprox. De un metro sus pies deben estar lo más que puedan. (para hacer el túnel)</p> <p>El niño que no se integro a la fila se cubrirá los ojos con un pañuelo y se coloca hasta el final de los demás niños, (este niño será el tren) deberá gatear entre los pies de sus compañeros hasta llegar al frente, debe ayudarse de la indicación de uno de sus compañeros, los roles se intercambian y son asignados por el facilitador de tal forma que todos dirijan y sean dirigidos.</p> <p>Al finalizar la sesión se les pide a los niños que se den un abrazo.</p>	<p>20 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pañuelo</li> <li>• Un aula con suficiente espacio para la actividad</li> </ul> <p>Se puede acompañar de música tenue en donde se escuche la locomotora de un tren.</p>	<p>Los niños realizan la actividad con fluidez y al preguntarles como se sintieron ellos expresan haberse sentido con confianza en sí mismos para hacerlo.</p>
---	--	---------------	--	--

## TERCERA SESIÓN

**Objetivo particular:** Fomentar una autoimagen positiva.

Objetivo específico	Actividad	Tiempo	Material	Evaluación
Propiciar el desarrollo de una percepción positiva de sí mismos.	<p><b>Continuación caricias por escrito</b></p> <p>Recordar que se hizo la sesión anterior y continuar con la dinámica de caricias escritas, se da un papelito y escribe el elogio para el compañero, lo va y coloca en el corazón del dueño del elogio.</p>	7 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeletas</li> <li>• Lápices</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	Los niños incrementan su capacidad para ver cualidades positivas en sí mismos y en los demás
Facilitar el reconocimiento de diferencias respecto a los demás como parte enriquecedora de su personalidad	<p><b>El héroe (Heroína)</b></p> <p>Con esta actividad los niños localizan sus diferencias y como las aplica en la vida diaria</p> <p>Los niños identifican las cosas en que él es diferente de los demás. Realizan un dibujo de héroe o heroína en donde deberá colocar las características que identifico y como las usa el héroe que dibujaron.</p>	30 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartulina</li> <li>• Crayolas</li> <li>• Lápices</li> <li>•</li> </ul>	Los niños escriben sus diferencias respecto a los otros y las orienta hacia un fin positivo.
Enriquecer la perspectiva de los niños respecto a lo positivo de poseer características	<p><b>El gajo de naranja</b></p> <p>fomentar la aceptación personal</p>	17 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un gajo de naranja para cada niño.</li> </ul>	Los niños verbalizan lo positivo de poseer diferencias.

<p>particulares.</p>	<p>Se reparte un gajo de naranja a cada niño y se le pide que lo observe y que vea también los gajos que tiene su compañero y vea que diferencia tiene.</p> <p>Los niños exponen lo observado y se le explica que al igual que los gajos de naranja cada uno tiene cosas diferentes, y no por ello unos valen más o menos, sino que esas diferencias son las que enriquecen la vida, por eso hay distintas profesiones y oficios porque cada uno puede hacer cosas distintas y todas igual de indispensables.</p> <p>Se hace cuestionamientos a los niños acerca de las diferencias personales.</p> <p>Terminar con un aplauso.</p>			
----------------------	---	--	--	--

## CUARTA SESIÓN

**Objetivo particular:** Facilitar el autoconocimiento

Objetivo específico	Actividad	Tiempo	Material	Evaluación
Reforzar una percepción positiva de sí mismos	Iniciar con la dinámica de caricias escritas como se ha sugerido en las sesiones anteriores.	7 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeletas</li> <li>• Lápices</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	Los niños son capaces de identificar cualidades positivas en ellos mismos y en los demás
Reafirmar las habilidades y capacidades de cada niño	<p><b>Dibujando siluetas</b> Facilitar el reconocimiento de fortalezas</p> <p>A cada niño se le proporciona un papel lo suficientemente grande para que quepa su silueta. Por parejas los niños debe dibujar sus siluetas, pueden pegar el papel en la pared o acostarse en el piso para dibujar. Una vez que los dos se han dibujado, cada uno debe completar su dibujo de forma que este parezca su retrato.</p> <p>Cada niño debe escribir en su autorretrato aquellas cosas para las que tiene mayor habilidad, las cosas que es capaz de realizar si se esfuerza, estas las puede</p>	40 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel suficientemente grande para que los niños puedan dibujar su silueta</li> <li>• Crayolas</li> </ul>	Los niños escriben y verbalizan que pueden hacer bien y que son capaces de realizar con esfuerzo.

	<p>representar por medio de dibujos. Los niños deben exponer su dibujo y decir sus cualidades frente a sus compañeros. Al final los compañeros pueden decir comentarios positivos de su compañero que está enfrente.</p> <p>Termina con un aplauso.</p>			
--	---	--	--	--

## QUINTA SESIÓN

**Objetivo particular:** Fomentar los valores sociales.

Objetivo específico	Actividad	Tiempo	Material	Evaluación
Dar seguimiento al fortalecimiento de una auto percepción positiva	Caricias escritas	7min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeletas</li> <li>• Lápices</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	los niños son capaces de elogiar a otros y a sí mismo
Explicar la importancia de las reglas	<p><b>Acerca de la importancia del semáforo</b></p> <p>Generar en conciencia en los niños de porque son importantes las normas por medio de la importancia del semáforo. Se cuestiona a los niños que pasaría si no hubiera semáforos, que pasa cuando no se respetan los colores del semáforo.</p>	7min	No requiere material	Los niños verbalizan porque es importante seguir las indicaciones del semáforo así como las reglas.
Fomentar valores sociales y seguridad personal	<p><b>Rally buscando el tesoro</b></p> <p>Desarrollo de seguridad personal, valores sociales como: respeto, cooperación, seguimiento de reglas.</p> <p>Se forman dos o tres equipos de forma que el grupo se reparta equitativamente.</p> <p>Se ponen tres bases en cada una de ellas los niños deben superar retos para obtener la pista que los lleve hasta el tesoro.</p>	40 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un rompe-cabezas</li> <li>• Una cuerda</li> <li>• Papeletas con animales para ser representa-dos</li> </ul>	Los niños realizan las actividades con seguridad y seguimiento de normas.

En uno de los estantes ellos deberán armar un rompecabezas con piezas suficientemente grandes para ser manipuladas por los niños.

En el segundo deberán organizarse para saltar la cuerda todos juntos

Y en el tercero uno de los niños deberá hacer mímica para que el resto de su equipo pueda adivinar que es lo que está simulando.

En cada uno deberá haber reglas específicas, estas se determinaran por los espacios y el lugar en que se realice.

Una vez que se encuentra el tesoro se realiza una retroalimentación acerca de la importancia de las reglas y el respeto, qué valores pudieron identificar en el desarrollo del rali.

## SEXTA SESIÓN

**Objetivo particular:** Fomentar la interacción social.

Objetivo específicos	Actividad	Tiempo	Material	Evaluación
Incrementar la imagen positiva de sí mismos	Dinámica caricias por escrito	7 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papeletas</li> <li>• Lápices</li> <li>• Cinta adhesiva</li> </ul>	Incremento en la capacidad del niño para dar y recibir elogios.
Facilitar el contacto y relaciones entre los niños.	<p><b>Canción andar en tren</b> facilitar el acercamiento a los demás</p> <p>Todos los niños se encuentran parados y se forman uno tras otro en fila tomados de los hombros, se comienza a cantar la canción andar en tren que dice: Andar en tren chucu chan chucu chan es de lo mejor se jala el cordel puu puu, se detien el tren se baja el maquinista revisa los vagones y descubre que están llenos de abrazos (todos los niños deben inter-cambiar abrazos) se vuelve a cantar la canción y se cambia la indicación pueden ser besos, piso-tones, caricias etc.</p>	10 min	No se requiere	Los niños establecen un mayor acercamiento entre ellos.
Fomentar la percepción positiva de sí mismo.	<p><b>Cierre de caricias por escrito</b> Cada niño toma su corazón del muro y lee los recados que han dejado sus compañeros en este</p>	20 min	No se requiere material	Los niños verbalizan expresiones de agrado.

	<p>corazón. Cada uno debe comentar como se siente.</p>			
<p>Verificar que cosas fueron las aprovechadas por los niños.</p>	<p><b>Cierre del taller:</b> Preguntar a los niños que aprendieron, que les gusto, que piensan de sí mismos respecto a su valor personal, sus habilidades y capacidades. Cerrar con un abrazo</p>	<p>15 min.</p>	<p>No se requiere material</p>	<p>Los niños expresan las cosas que descubrieron de si mismos.</p>

## ANEXO 4

Proceso t de Student			
Sujeto	Antes	Después	Diferencia
1	168	127	41
2	98	80	18
3	123	100	23
4	127	88	39
5	122	95	27
6	172	115	57
7	100	70	30
8	122	88	34
9	90	85	5
10	90	65	25
11	147	122	25
12	115	88	27
13	100	78	22
14	95	85	10

Suma 383

Media 27.3571429

Desviación Estándar 13.0065495

Raíz n 3.74165739

T del proceso 7.86996242

T de la tabla 2.14