



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**DISEÑO DE UN TALLER DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA
PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA DE SUS HIJOS EN
EDAD PREESCOLAR**

T E S I N A

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A:
ELENA MARTINEZ REYES**

**DIRECTORA DE LA TESINA:
MTRA. LAURA ÁNGELA SOMARRIBA ROCHA**

**COMITÉ DE TESIS:
MTRA. BLANCA ROSA GIRÓN HIDALGO
MTRA. GUADALUPE CELIA MEDINA HERNANDEZ
MTRA. LILIA JOYA LAUREANO
LIC. MARÍA EUGENIA GUTIÉRREZ ORDOÑEZ**



Ciudad Universitaria, Cd. Mx.

Septiembre 2016.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

DEDICATORIAS Y AGRADECIMIENTOS

A mi amada **UNAM**, de la cual me siento muy orgullosa de ser perteneciente, y especialmente a la **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**, que desde la secundaria ya soñaba con ingresar algún día y el estudiar ahí, ¡me hizo muy feliz!, porque cambió la perspectiva de mi vida.

A **EDGAR JORGE**, mi amor y compañero de vida, que siempre me apoyó y motivó para concluir éste trabajo y lograr cerrar un ciclo en mi vida, tan especial. Gracias por tu amor y admiración.

A **ERICK DAN Y ULISES**, les dedico con todo mi amor de madre la presente, y espero que puedan visualizar que en la vida actual, solo es necesario decidirse a lograr un objetivo, utilizar sus potenciales y conseguirlo. Todo derivado de fortalecer su autoestima.

A **MI MADRE**, quien es mi ejemplo de vida, por ser tan honesta, trabajadora, invencible, que ama la vida y no teme a los momentos adversos. Éste modelo, me ha otorgado la fuerza, para lograr mis metas. Gracias mamá por apoyarme en todos aspectos, hasta el día de hoy, en cada iniciativa que emprendo.

GRACIAS a mi hermano **SALVADOR**, por creer en mí y brindarme su apoyo, sabes que nunca lo voy a olvidar...TQM.

GRACIAS a mi amiga **MIRLA**, a quien la conocí en éste camino y desde el primer momento, me acompañó con las palabras perfectas animándome a seguir y seguir hasta ¡concluir! Gracias amiga por tu ¡motivación!

GRACIAS a mi directora de tesina, **LAURA SOMARRIBA ROCHA**, por su aportación profesional a la culminación de mi proyecto, fue un gran aprendizaje que cambia mi vida laboral y personal. ¡Mil gracias Maestra!

ÍNDICE

	Pág.
RESUMEN.....	1
INTRODUCCIÓN.....	3
CAPITULO I. DESARROLLO DE LOS NIÑOS PREESCOLARES	
1.1...Desarrollo psicomotriz.....	5
1.1.1...Desarrollo de habilidades motoras gruesas.....	6
1.1.2...Desarrollo de habilidades motoras finas.....	7
1.2...Desarrollo cognitivo desde la teoría de Piaget.....	9
1.3...Desarrollo del lenguaje.....	12
1.4... Desarrollo afectivo-social.....	13
CAPITULO II. EL SISTEMA FAMILIAR	
2.1...Definición de familia.....	18
2.2...Funciones de la familia.....	19
2.3...Ciclo vital de la familia.....	20
2.4...Tipología de la familia en la actualidad.....	22
2.5...Estilos de crianza de los padres.....	24
CAPITULO III. AUTOESTIMA	
3.1...Antecedentes de la autoestima.....	31
3.2...Definición de autoestima.....	34

3.3...Características de la autoestima.....	38
3.4...La construcción de la autoestima en el niño preescolar.....	46

CAPITULO IV. PROPUESTA

4.1...Diseño del taller.....	51
4.2...Cartas descriptivas.....	54

CONCLUSIONES.....	66
--------------------------	-----------

ALCANCES Y LIMITACIONES.....	68
-------------------------------------	-----------

REFERENCIAS.....	69
-------------------------	-----------

RESUMEN

El presente documento es el diseño de un taller dirigido a padres de familia con el propósito de fortalecer la autoestima en sus hijos preescolares.

La vida actual nos muestra cambios constantes en las estructuras familiares que inevitablemente modifican las funciones y roles tradicionales de sus integrantes, existiendo una gama de tipos de familia, donde los padres requieren de apoyo externo y orientación para la atención y educación de sus hijos pequeños, debido a sus múltiples actividades, siendo el común denominador de las familias de la Ciudad de México.

Analizando las diferentes dinámicas familiares, principalmente en las Estancias Infantiles se observan varios factores de interacción entre padres e hijos que no favorecen el aspecto emocional y afectivo de sus niños, en especial los preescolares que por sus características de desarrollo en ésta edad, son vulnerables en la construcción de una sana autoestima.

La finalidad del taller dirigido a padres, es lograr sensibilizarlos de la trascendencia que tiene la autoestima en la personalidad de cada individuo y saber cómo fortalecerla; ya que ésta se forma en los primeros años de vida. Por lo tanto tienen en sus manos la posibilidad de cambiar la historia de sus hijos.

Palabras clave: autoestima, niños preescolares, taller, padres de familia.

SUMMARY

This document is a Workshop design for parents, which purpose is to strength self-esteem in their preschool children.

Present life shows us constant changes in the family structures that inevitably modify their member's traditional roles.

Existing different kind of families, where parents need external support and orientation to the attention and education of their young children, due to many multiple occupations of theirs, being this common denominator of the families in México City.

Analyzing the different family dynamics, mainly in Child daycare many interactions factors are observed between parents and children and they don't favor the emotional and affective aspect of their children, especially preschoolers who due to their development characteristics at this age, they are vulnerable building a healthy self-esteem.

The purpose of this workshop for parents is sensitizing them about the importance that self-esteem has in every individual personality and to know how to strengthen it; since it is formed in the first years of life. Therefore parents have in their hands the possibility to change their children history.

Keywords: Self-esteem, Preschool children, Workshop, Parents.

INTRODUCCIÓN

Las familias en la vida actual, han mostrado una transición significativa, especialmente en su estructura tradicional (Mamá, Papá e hijos biológicos de ambos). Ahora existe una diversidad de tipos de familia y redes de apoyo que en otros tiempos no se observaba.

Estos cambios, han modificado la dinámica de interacción entre sus integrantes pues ahora los padres dedican poco tiempo a sus hijos debido a sus diversas ocupaciones. Especialmente las madres que tienen un trabajo fuera de casa, con frecuencia delegan en sus familiares más cercanos la atención de sus pequeños y presentan muchas dudas sobre su formación, específicamente en el aspecto afectivo, sobre cómo actuar ante ciertos comportamientos y emociones que manifiestan sus hijos.

La primera limitación que los propios padres de familia se imponen, es la frase más escuchada: “nadie nos enseñó a ser padres” y por lo tanto, eso los exime de errores en la calidad afectiva mostrada hacia sus hijos; pero a la vez hay una conciencia de querer ser mejores padres.

En el área de psicología se observa una demanda por parte de ellos, de una orientación específica, profesional, para saber cómo dirigirse a sus pequeños y no afectarlos a lo largo de su vida.

Atendiendo a ésta solicitud, es relevante enfocar éste trabajo a un aspecto crucial en la vida de todo ser humano: su autoestima considerada como “*una necesidad humana fundamental*” (Branden, 1999).

Cuando un bebé nace y comienza a desarrollar paulatinamente todas sus habilidades en cada una de las áreas (motriz, cognitiva, social y de lenguaje), también requiere de satisfacer una serie de necesidades básicas, generalmente atendidas por los padres, familiares o alguna Estancia Infantil, cuando ellos deciden delegar el cuidado de su hijo mientras trabajan, y el pequeño puede asistir a la Estancia hasta los seis años de edad (Papalia et al. 2012).

Sin embargo, un niño no solo necesita cuidados básicos, su vida emocional y afectiva debe ser atendida de la misma manera que su desarrollo físico, por lo que es muy importante que los padres conozcan cómo influye la manera de expresar su afecto o no a sus hijos, así como utilizar premios y castigos ante determinadas conductas y la consecuencia en la vida afectiva que impactará sobre ellos, mostrarán mayor interés por conocer la manera más adecuada de dirigirse a sus pequeños, practicando día a día actitudes dirigidas a fortalecer la autovalía.

La autoestima está presente en cada uno de nuestros actos, en cada decisión importante en la vida, en nuestro éxito o fracaso llevamos una idea preconcebida de los hechos, según nuestra historia personal, derivada principalmente de la relación con nuestros padres en los primeros años de vida.

Tomando en cuenta la trascendencia de la autoestima, en la vida de cada individuo y especialmente en los niños de edad preescolar, es relevante diseñar un taller dirigido a padres de familia, con el objetivo de ayudar a fortalecer la autoestima de sus hijos.

Para este fin, En el capítulo uno, se describe el desarrollo de los niños en edad preescolar, en las diferentes áreas (psicomotriz, cognitiva, lenguaje y afectiva-social).

En el capítulo dos, se presenta el sistema familiar, su definición, las funciones de la familia, el ciclo vital, su tipología en la vida actual y los principales estilos de crianza de los padres.

En el capítulo tres, se expone el tema de la autoestima, sus antecedentes, definición, características y la construcción de la autoestima en el niño preescolar.

Finalmente en el capítulo cuatro, se presenta la propuesta de intervención, diseñando un taller que aporte elementos a los padres para fortalecer la autoestima de sus hijos preescolares

CAPITULO I

▪ DESARROLLO DE LOS NIÑOS PREESCOLARES

La edad preescolar está comprendida entre los tres y seis años de edad, corresponde al período de educación inicial. Más que una edad cronológica es una etapa del desarrollo en la que el juego del niño está cargado de imaginación, emoción y su fantasía está a “flor de piel”. Aunque pareciera que existen diferencias importantes en los niños de tres en relación a los de seis años de edad, ambas edades tienen en común procesos de pensamiento que permiten ubicarlos como un momento específico del desarrollo (Serrano, 2004).

Para poder hablar sobre la autoestima de los niños en etapa preescolar es necesario hacer previamente una descripción de sus principales características de edad en las diferentes áreas de su desarrollo ya que todas se encuentran interrelacionadas.

1.1 Desarrollo psicomotriz

“Nada hay en el niño más que su cuerpo como expresión de su psiquismo” (Wallon, 1974).

El pensamiento del niño en edad preescolar, está totalmente relacionado con el movimiento. *“pensar lo lleva a actuar; actuar lo lleva a pensar”* (Serrano, 2004)

El desarrollo psicomotriz, se refiere básicamente a la capacidad que tienen los niños para el movimiento de su cuerpo, donde se pone en evidencia su madurez neurológica y la manera que ésta se manifiesta para realizar diferentes tipos de movimientos.

La psicomotricidad se divide en dos grandes áreas: motricidad gruesa y motricidad fina.

La primera está relacionada con la madurez de los músculos largos del cuerpo, con el equilibrio, la estabilidad, la fluidez y la armonía de los movimientos.

En el caso del niño preescolar, podemos observar que ya tiene un adecuado balance, vemos al cuerpo armonizando músculos y huesos, así como a todos sus sentidos organizando movimientos cada vez más fluidos, lo que le permite al preescolar adquirir mayor coordinación e independencia de sus miembros, así como la posibilidad de llevar a cabo instrucciones verbales, sin necesidad de tener un modelo para imitarlo. Por ejemplo, si se le pide al niño “*tócate una oreja*” y nosotros nos tocamos la cabeza, tienden a imitar al modelo, se van con el ejemplo visual. Pero a medida que va madurando, ignorará nuestro ejemplo, se reirá y acatará la instrucción correctamente.

En la medida que el niño vaya experimentando placer en el juego y adquiera consciencia de sus logros motrices, como saltar, trepar, rodar, balancearse con éxito, lo motivará para perfeccionar cada vez más sus movimientos y lo almacenará en su memoria muscular y afectiva (Serrano, 2004)

Tomando en cuenta la individualidad de cada ser humano y la influencia de variables como la genética, el ambiente y las oportunidades de estimulación, Serrano (2004), describe los logros más comunes que va obteniendo el niño preescolar en sus habilidades motoras gruesas, dividido en tres rangos de edad:

3 a 4 años

- Marcha y puede caminar de puntitas
- Se para en un pie con ayuda
- Corre de manera de más coordinada, alternando brazos y piernas
- Sube escaleras alternando los pies
- Brinca de una altura de 20 cm
- Se da una marometa sin ayuda
- Patea una pelota en movimiento
- Se mece en un columpio

- Se desliza por una resbaladilla
- Comienza a pedalear un triciclo por tramos cortos

4 a 5 años

- Camina sobre una tabla, manteniendo el equilibrio
- Se para en un pie sin apoyo
- Cambia de dirección al correr
- Salta en un pie, hacia adelante y hacia atrás sin caerse
- Puede atrapar una pelota con las manos
- Pedalear un triciclo y da vueltas en las esquinas

5 a 6 años

- Camina sobre una tabla hacia adelante, atrás y de lado
- Puede mantenerse en un pie, unos segundos con los ojos cerrados
- Recoge un objeto del suelo mientras corre
- Puede saltar la cuerda
- Salta y gira sobre un pie
- Se mece en un columpio iniciando y manteniendo el movimiento
- Camina alternando talón y punta
- Puede usar la bicicleta sin ruedas de apoyo

Entre los cinco y seis años de edad, el niño se muestra mucho más seguro en ésta área de su desarrollo, intenta subirse a casi todos los juegos del parque y con poca ayuda logra disfrutar de los movimientos de su cuerpo (Santrock, 2006).

La segunda área es la psicomotricidad fina, está relacionada con la madurez de los músculos cortos o finos del cuerpo. Básicamente implican la coordinación entre el ojo, la mano y los músculos pequeños, entre mayor sea su estimulación los niños desarrollarán mayor complejidad en sus movimientos. Dichas combinaciones de movimientos se conocen como *sistemas de acción* (Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

Así, las habilidades motoras finas que desarrollará un preescolar en ésta área serán entonces las relacionadas con dibujar, recortar, rasgar, iluminar, escribir, tocar algún instrumento musical. Es todo aquello que realizan los pequeños utilizando sus brazos, manos y dedos.

Algo relevante para una adecuada coordinación fina es la postura, donde el tronco del niño debe estar fortalecido y bien alineado para poder dirigir sus ojos, sus brazos y sus manos hacia el objetivo visual. Ambas habilidades (la motora gruesa y fina) se interrelacionan. Puede suceder que un niño no pueda realizar alguna actividad adecuadamente y el problema no está en sus manos sino en la postura de su tronco.

En ésta área se considera tanto la habilidad de las manos, como la expresión plástica y el arte. Por lo que ahora se muestra el desarrollo de habilidades motoras finas observadas en los niños preescolares, en tres rangos de edad:

3 a 4 años

- logra dibujar la figura humana básica (cara y piernas)
- puede ensartar algunas cuentas de tamaño mediano
- arma rompecabezas (de más de tres piezas)
- intenta recortar, que puede terminar en rasgado
- puede elaborar alguna masilla con ayuda
- logra tocar algún instrumento de percusión sencillo

4 a 5 años

- el dibujo de la figura humana contiene más elementos
- puede elaborar con plastilina alguna figura sencilla
- puede ensartar algunas cuentas pequeñas
- arma rompecabezas de más de seis piezas
- recorta líneas curvas
- pega algunas ilustraciones en cartulina

5 a 6 años

- dibuja la figura humana con más detalles
- ensarta cuentas pequeñas
- es notoria la habilidad para armar rompecabezas de veinte piezas o más
- desarma y arma algunos juguetes
- puede escribir su nombre
- usa sacapuntas
- puede copiar trazos y dibujos sencillos
- colorea el dibujo, sin salir de sus bordes
- recorta imágenes de revistas

Después de observar los avances que tienen los niños en el desarrollo, en cada rango de edad, es preciso puntualizar que *los actos motores, son las primeras manifestaciones de la inteligencia, que pasa luego a ser representativa... y es el mejor camino para el abordaje de los aprendizajes tempranos en el nivel inicial* (Esparza & Petrolli, 2004).

El estudio actual sobre las habilidades motoras, son el resultado de muchos factores convergentes, el neurodesarrollo de cada niño, las propiedades físicas del cuerpo, la capacidad de movimiento, la estimulación y motivación que tenga del entorno para lograr avances significativos y no tanto de la herencia genética (Santrock, 2006).

1.2 Desarrollo cognitivo

El mundo cognitivo del niño preescolar es creativo, libre e imaginativo. Se podría decir que la fantasía es el elemento más sobresaliente de su actividad diaria.

La imaginación trabaja todo el tiempo y la comprensión del mundo que le rodea es cada vez mayor. Para hablar de cómo va desarrollando ésta área, se abordará desde la teoría de Piaget.

Teoría de Piaget

El desarrollo cognoscitivo comienza con una “*capacidad innata de adaptarse al ambiente*” (Piaget, en Papalia et al. 2009)

Piaget aportó enorme información al mundo acerca de cómo el niño va desarrollando las funciones mentales exponiendo que no es una “*mente en miniatura*”. Así su teoría permite establecer puntos de referencia sobre lo que podemos esperar de los pequeños, en edades específicas. Piaget lo dividió en cuatro etapas o estadios:

- I. Etapa sensoriomotriz (0 a 2 años)
- II. Etapa preoperacional (2 a 7 años)
- III. Etapa de las operaciones concretas (7 a 11 años)
- IV. Etapa de las operaciones formales (11 a 15 años)

Como se observa la etapa preoperacional es la que corresponde al pensamiento de los niños preescolares. Piaget la llamó así porque en ésta etapa el niño aún no puede realizar operaciones mentales lógicas, como lo hará en la siguiente.

La etapa preoperacional se caracteriza por la generalización del pensamiento simbólico, en la que desarrolla su capacidad para representar objetos, personas o situaciones que no están presentes. “*la habilidad para realizar éste pensamiento simbólico se llama función simbólica y ocupa gran parte del mundo mental del niño*” (Santrock, 2006).

El **pensamiento egocéntrico** es muy característico de la edad preescolar, en síntesis lo que significa es la dificultad que aún presentan los niños de ésta edad para considerar el punto de vista de otros, así como poder analizar una situación desde diferentes ángulos, su característica es la **centración** donde tiende solo a visualizar un aspecto de la situación e ignorar el resto.

Esta capacidad para representarse mentalmente los objetos y los acontecimientos, le permite desarrollar al niño la imitación diferida, el juego simbólico, el dibujo, la fantasía y el lenguaje hablado (Wadsworth, 1991).

La imitación diferida ocurre cuando el niño puede imitar objetos y sucesos que no han estado presentes durante algún tiempo. Por ejemplo, la celebración de un cumpleaños y pasados algunos días, el niño puede simular un pastel, “soplarle a la vela, aplaudir y decir felicidades “

El juego simbólico es un juego de simulación, de fantasía, donde los niños pueden hacer que un objeto simbolice otra cosa, además constituye una forma de autoexpresión que no busca público más que el propio niño y no tiene el propósito de comunicarse con otros.

El juego da a los niños la oportunidad de practicar lo que están aprendiendo...tienen que jugar con lo que saben que es verdad para descubrir más y luego pueden usar lo que aprenden en nuevas formas de juego (Rogers, en Papalia, et al. 2012).

Durante la etapa preoperativa, los niños utilizan **el dibujo** para representar lo más significativo en su vida y poco a poco le incorporan mayores detalles hasta lograr mayor realismo. Los niños pequeños dibujan solo lo que observan y hasta después de los ocho años ya pueden dibujar lo que imaginan y no solo lo que ven (Wadsworth, 1991).

El lenguaje hablado es otra forma de la representación mental del niño, el cual se abordará con más detalle en el siguiente subtema.

Los avances del pensamiento simbólico en el niño preescolar son evidentes al observar una comprensión cada vez mayor del espacio, clasificación de los objetos, de la causalidad y el concepto de número que inicia en la niñez temprana y se consolida hasta la niñez media (Papalia et al. 2012).

1.3 Desarrollo del lenguaje

Uno de los grandes logros que obtienen los niños preescolares en ésta etapa es el desarrollo de su lenguaje, a través del cual pueden expresar su percepción del mundo. “Entre *los tres y los seis años de edad, muestran grandes avances en el vocabulario, la gramática y la sintaxis*” (Papalia et al. 2004).

De acuerdo al contexto donde se encuentre, el niño parece elaborar una hipótesis rápida del significado de las palabras y en poco tiempo las utiliza para comprobar y perfeccionar las ideas que tiene de éstas.

En la edad preescolar hay una aceleración en el desarrollo lógico y verbal; su lenguaje pone de manifiesto su nivel de pensamiento donde hay palabras mágicas, egocéntricas y fantásticas (Serrano, 2004)

De acuerdo con Vygotsky (1979), es natural y necesario para los niños *hablar* mientras actúan, ya que el lenguaje no sólo acompaña a la actividad práctica, sino que también les ayuda a resolver tareas; el lenguaje lo utilizan para planear, guiar y autorregular su comportamiento. Este tipo de lenguaje para la autorregulación se llama *lenguaje hablado o habla privada* y es una herramienta importante del pensamiento en etapa preescolar.

Durante la niñez temprana, los niños logran combinar silabas en palabras y palabras en oraciones e incrementan día a día el nivel de complejidad de sus discursos.

A los tres años, los niños empiezan a usar plurales, posesivos y el tiempo pretérito, conocen la diferencia entre “yo, tú, nosotros” Pueden hacer preguntas con *¿qué?* Y *¿dónde?* Sus oraciones son cortas, simples y declarativas “Emmy quiere leche”.

Entre los cuatro y los cinco años, las oraciones que utilizan tienen un promedio de cuatro a cinco palabras y pueden ser declarativas, negativas o imperativas.

Los niños de cuatro años usan oraciones complejas con cláusulas múltiples, por ejemplo: “*estoy comiendo porque tengo hambre*” especialmente si sus padres las usan con frecuencia; también tienden a hilar oraciones en narrativas que se alargan “*y luego... y entonces...*” (Huttenlocher, Vasilyeva, Cimerman y Levine, 2002, en Papalia, et al. 2012).

Entre los cinco y los siete años, el habla de los niños es muy parecida al habla adulta. Sus oraciones son más largas y complejas, usan más conjunciones, preposiciones y artículos. Sin embargo aunque los niños de ésta edad hablan con fluidez de manera comprensible y gramatical, todavía necesitan afinar varios aspectos del lenguaje. Con frecuencia pueden cometer errores porque no conocen las excepciones a las reglas, como decir “*cabo*” en lugar de “*quepo*” o “*abrido*” en lugar de “*abierto*” es un signo normal de progreso lingüístico.

Desde el enfoque Piagetiano existen básicamente dos clasificaciones en el lenguaje del niño en la etapa preoperacional: la del lenguaje egocéntrico y la del lenguaje social. La primera se caracteriza por la ausencia de una comunicación real, ya que el niño habla en presencia de otros, pero sin la intención de ser escuchado. Mientras que alrededor de los seis años, su lenguaje ya es intercomunicativo (Piaget 1926, en Wadsworth, 1991).

1.4 Desarrollo afectivo-social

A medida que el niño preescolar va madurando y obteniendo nuevos aprendizajes, su vida emocional también muestra cambios sustanciales, derivados de su capacidad de representación mental y del lenguaje hablado. La representación le permite la creación de imágenes de sus experiencias incluyendo las afectivas. De ésta manera el niño por primera vez se puede representar y evocar (recordar) sus sentimientos interpersonales y morales (Wadsworth, 1991).

De acuerdo a Moraleda (1999), los principales cambios observados en la conducta emocional y social de los niños preescolares son:

- ❖ ***El comportamiento emocional tiende a estabilizarse.*** Sus estados de ánimo son menos bruscos.
- ❖ ***La conducta emocional es menos explosiva.*** Muestra mayor capacidad de control e inhibición. Poco a poco va aprendiendo que algunos comportamientos son socialmente inaceptados. Por lo que es menos explosivo, las crisis de lágrimas van desapareciendo sobre todo en presencia de extraños y va aumentando su capacidad de tolerancia a la frustración, influenciada principalmente por su medio familiar y social.
- ❖ ***Aumenta la variedad de emociones y disminuye la irritabilidad.*** En la etapa anterior el niño mostraba pocas reacciones emocionales (rabietas, angustia, miedo) ahora experimenta nuevas emociones vinculadas al desarrollo de su vida moral.
- ❖ ***A medida que la vida social del niño se enriquece, sus emociones se socializan.*** Tiende a mostrar conductas socialmente aceptadas, para evitar ser rechazado. Aunque también se considera que los niños pueden tener regresiones temporales de conductas inadaptadas y de desequilibrio debido a situaciones frustrantes y de inseguridad por obtener la aceptación social de otros niños

Los preescolares pueden hablar sobre sus sentimientos, así como distinguir los sentimientos de otros y también pueden comprender que las emociones están relacionadas con experiencias y deseos (Saarnie, Mumme & campos, en Papalia, 2012). Asimismo comprenden que cuando alguien logra lo que desea se siente feliz, pero si no sucede así, se pondrá triste (Lagatuta, en Papalia, 2012).

Una característica trascendente en la vida afectiva de los niños en esta etapa, es la construcción del autoconcepto, el cual comienza a establecerse a medida que desarrollan la conciencia de sí mismos, su percepción manifiesta su pensamiento concreto en las descripciones que hace de su propia persona a partir de sus rasgos físicos, intereses, acciones y otros aspectos como sus posesiones (Loperena, 2008).

La autoestima es la parte evaluativa del autoconcepto, el juicio que hacen los niños acerca de su valor general, basada en la capacidad cognoscitiva que tienen los niños cada vez mayor para definirse a sí mismos (Papalia et al. 2012).

Aunque es más común que los niños hablen de un concepto de autovalía hasta los ocho años, los niños menores demuestran también que lo poseen, en un estudio longitudinal realizado en Bélgica (Verschueren, Buyck & Marcoen, 2001, en Papalia et al. 2012) con niños de cinco años, en donde midieron varios aspectos de la autopercepción como: apariencia física, competencia escolar y atlética, aceptación social y comportamiento, encontraron que la percepción positiva o negativa que tenían de sí mismos, así como su comportamiento socioemocional se conservó hasta los ocho años.

No obstante, antes de la transición de los cinco a los siete años la *autoestima* de los niños, no está basado necesariamente en la realidad, tienden a aceptar los juicios de los adultos, quienes les proporcionan retroalimentación positiva y sin críticas, por lo que pueden sobreestimar sus capacidades. Igual que el *autoconcepto*, la *autoestima* en la niñez temprana tiende a ser todo o nada “soy bueno o soy malo” (Harter, en Papalia et al. 2012).

Otro aspecto vital en el desarrollo social de los niños es el *juego - es el trabajo de la niñez temprana-* donde ellos obtienen grandes habilidades porque éste les permite involucrarse con el mundo que les rodea, usar su imaginación, descubrir formas flexibles de usar los objetos, resolver problemas y prepararse para los roles que desempeñarán de adultos (Arce, 2007).

Existen niveles cognoscitivos de juego (Bjorklund y Pellegrini, en Papalia et al, 2012), los cuales se pueden integrar principalmente en cuatro categorías. Aunque ciertos tipos de juego son más comunes en determinadas edades, éstos pueden ocurrir en cualquier momento:

- **Juego funcional:** también llamado juego locomotor, que consiste en practicar repetidamente movimientos utilizando principalmente los músculos largos de su cuerpo.
- **Juego constructivo:** al que también se le llama juego con objetos, donde los niños utilizan materiales para construir o elaborar algo (casa con cubos, dibujo con crayones).
- **Juego dramático:** denominado también juego de simulación, de fantasía o imaginativo, que requiere de objetos, acciones o papeles imaginarios. El juego dramático es muy frecuente durante los años preescolares, implica combinar procesos cognitivos, emociones, lenguaje y conducta sensoriomotora.
- **Juego con reglas:** son juegos organizados con procedimientos y penalizaciones.

En un estudio sobre juego sociodramático y roles de género en niños preescolares (Lobato, 2005), se encontró que existen diferencias significativas en el comportamiento lúdico en función del género, y estas diferencias se orientan hacia los estereotipos, en el sentido de que los varones dirigen sus historias hacia la acción y la agresividad, mientras las niñas elaboraban sus relatos sobre las relaciones personales, el mundo doméstico y el cuidado. Estos comportamientos diferenciales se mantuvieron en los distintos escenarios de juego.

Así, en el proceso socio-afectivo los niños preescolares adquieren una serie de habilidades mentales (cognitivas y de comunicación), además de valores y normas que le permitirán establecer relaciones sociales asertivas con otros miembros de su entorno.

Cada niño en el proceso de su desarrollo integral va conociendo el mundo a través de la interacción con su familia, ya que ésta representa el primer grupo social con el que interactúa. Por lo que es relevante en el presente trabajo, abordar el tema de la familia y sus características evolutivas hasta la época actual.

CAPITULO II

▪ EL SISTEMA FAMILIAR

La familia es un sistema social universal, que ha existido siempre y a través del tiempo en todas las sociedades y culturas, no obstante hay diferencias en las normas, los valores, los tipos de vínculos y las estructuras sociales que las sustentan.

Tomando en cuenta la diversidad de formas de convivencia en el núcleo familiar se describirán las principales pautas de la familia a lo largo de su historia y en el subtema de tipologías de la familia, se abordará la evolución que ha tenido hasta la vida actual.

2.1 Definición de familia

Existen diversas definiciones sobre la familia pero la mayoría la refiere como la estructura social primaria que cumple con tres criterios comunes: consanguinidad, afectividad y cohabitacional. Donde padres e hijos se relacionan, ésta relación está basada en fuertes lazos afectivos que la pareja establece desde su origen y después con sus hijos, donde forman un proyecto de vida en común. Cada familia es única, exclusiva, con sus propias características que van formando entre sus miembros una identidad singular (Saavedra, 2008).

Desde la perspectiva sistémica se puede definir a la familia como *“un sistema abierto constituido por varias unidades ligadas entre sí por reglas de comportamiento y cada parte del sistema es una unidad diferenciada, al mismo tiempo que influye y es influida por otras que forman el sistema”*. Por ejemplo la enfermedad de alguno de sus miembros altera la vida del resto de los familiares (Eguiluz, 2003).

La familia es una institución que influye con valores y pautas de comportamiento, principalmente de los padres hacia sus hijos, modelando así una forma muy particular de vida, donde se asimilan costumbres, normas y formas de crianza. Por esto los padres son modelos a seguir para sus hijos, en lo que dicen y en lo que hacen.

2.2 Funciones de la familia

La familia desempeña determinadas funciones para mantener su propio sistema y para contribuir al funcionamiento del sistema social; siendo éstas el conjunto estructurado de actividades, relaciones y aspectos encaminados a satisfacer sus necesidades.

De acuerdo a Herrera, (1997) La familia como grupo social debe cumplir tres funciones básicas:

a) *Función económica:* para satisfacer las necesidades básicas: alimentación, vivienda, vestido, salud, educación y recreación de los miembros de la familia; permitiéndoles una vida decorosa que se reflejará en el bienestar familiar.

b) *Función biológica:* consiste en la procreación de nuevas generaciones para preservar la especie humana.

c) *Función educativa, cultural y espiritual:* en la familia se inicia la vida, y es donde comienza a desarrollarse cada individuo en interacción con los demás, donde se obtienen los aprendizajes más significativos de la cultura, costumbres, valores, normas, hábitos, ideas religiosas, que determinan nuestro modo de ser, nuestra personalidad; así se va edificando cada uno de sus elementos como persona y por generaciones. Razones suficientes para considerarla como la primera escuela, dada la implicación e importancia de las primeras vivencias como miembros de ese grupo social.

Sin embargo Baeza (1999), considera que la familia no se reduce a la suma de interacciones entre padres e hijos y hermanos, sino que *“es una totalidad dinámica que asume la función de diferenciación, de lazos entre sexos y entre generaciones”* por lo que es un sistema abierto con múltiples intercambios con otros sistemas, donde recibe y envía impactos sociales, económicos, religiosos, políticos y culturales.

En cada familia, existen formas básicas de comunicación, que cada uno de sus miembros, van aprendiendo a medida que van conviviendo. Ellos observan y asimilan: quién ejerce la autoridad, qué tipo de tareas se realizan de acuerdo al género, quién provee de acuerdo las necesidades, qué códigos de comunicación están permitidos en los mensajes verbales y no verbales, qué tipo de emociones y sentimientos son aceptados, el sentido de la vida y de la muerte, la manera de celebrar fechas importantes, reuniones sociales y ceremonias.

En resumen, las funciones principales de la familia desde una perspectiva universal, coinciden en el cuidado, el crecimiento y el desarrollo de los hijos, así como la transmisión de pautas culturales y educativas.

En la actualidad se observa en las sociedades occidentales, un mayor interés en la calidad emocional de las relaciones, no solo a nivel familiar también en lo laboral y de tiempo libre, en conformidad o no con los roles sociales. Parece que no es suficiente con ser un padre proveedor de recursos, o como hijo sólo ser obediente y estudioso. Ahora se espera una vida familiar que provee felicidad y plenitud.

2.3 Ciclo vital de la familia

El curso vital de una familia evoluciona a través de una secuencia de etapas bastante predecibles a pesar de sus variaciones culturales como son: relación de noviazgo, matrimonio, nacimiento de los hijos, la partida de ellos del hogar también llamada “nido vacío” y la muerte de algún integrante de la pareja.

La descripción de las etapas, ha sido un legado del modelo de la sociología de la familia, que implica describir las relaciones como cualitativamente diferentes de una etapa a otra, y se ocupa más de lo que sucede dentro de éstas que lo que pasa entre cada una de ellas .

Sin embargo, los tiempos modernos nos sitúan más en las transiciones, a veces largas y difíciles y tan importantes como las etapas *"en cibernética no se puede separar la estabilidad, del cambio, pues son las dos caras de una moneda sistémica"* (Bradford, en Baeza, 1999). Por lo tanto es necesario un modelo más amplio que permita integrar etapas y transiciones a través de una serie de períodos alternados.

El concepto más actual que se está comenzando a emplear en el estudio y trabajo con familias es el de desarrollo familiar. Este abarca todos los procesos evolutivos vinculados al crecimiento de la familia e incluye los procesos de continuidad y cambio, relacionados con el trabajo o el desarrollo ocupacional, el cambio de domicilio, mudanzas continuas, la migración y la adaptación a otra cultura, las enfermedades crónicas o cualquier conjunto de hechos que alteren significativamente la dinámica familiar. También incluye los procesos psicológicos como el desarrollo de la intimidad de una pareja, las aflicciones por duelos sufridos, la repetición de conductas similares en cada generación, etc. En estos aspectos cada familia difiere de las demás pues posee su propia y única senda de desarrollo.

El concepto de desarrollo familiar es más amplio que el tradicional de ciclo vital, es útil para referirse a los cambios culturales, es decir, a la acción de cada cultura y momento histórico sobre cada miembro a determinada edad.

Limitarse entonces sólo al esquema de ciclo vital impide situar a la familia dentro de los contextos socioculturales a los que pertenecen. Si bien se sabe que existen similitudes universales entre las familias, también existen múltiples diferencias entre ellas, aunque solemos limitarnos a un modelo clásico del ciclo vital.

Las diferencias culturales pueden hacer que en algunas familias, la etapa de dependencia entre la madre y los hijos pequeños sea más prolongada, o que no exista una etapa de total autonomía para los adultos jóvenes o una etapa marcada de "nido vacío" para los padres en edad madura o en los ancianos.

A lo largo del desarrollo familiar se producen diversos cambios y por lo tanto se requiere hacer ajustes al sistema y al realizarlo, generalmente se atraviesa por un periodo de inestabilidad, llamado crisis. Las crisis entendidas como un movimiento o cambio en la dinámica familiar, no implica necesariamente una situación o periodo negativo, pero si requiere reorganizar los roles asignados a cada miembro y un tiempo de adaptación para las nuevas reglas, tomando en cuentas las diferentes edades de quienes la componen (Eguiluz, 2003).

En la actualidad, la familia como institución primaria y básica ha sufrido cambios importantes en las últimas décadas, por lo que en el siguiente subtema se abordará la diversidad de formas de ser familia.

2.4 Tipología de la familia en la actualidad.

El concepto tradicional de familia y los roles que dentro de ella juegan cada uno de sus miembros, se ha modificado sustancialmente en la época contemporánea.

De acuerdo a Herrera (2008), existen varias formas de organización familiar y de parentesco, principalmente se han denominado los siguientes tipos de familias:

- **Familia nuclear o elemental:** es la unidad familiar básica que se compone de esposo (padre), esposa (madre) e hijos, quienes pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.
- **Familia extensa o consanguínea:** está formada por más de una unidad nuclear, se extiende más allá de dos generaciones y está basada en los vínculos consanguíneos de una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia de triple generación incluye a los padres, a sus hijos casados o solteros, a los hijos políticos y a los nietos.

- **Familia monoparental:** es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos, ésta puede tener diversos orígenes; ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos se quedan viviendo con uno de ellos, comúnmente es con la madre, pero también puede ser una familia monoparental por el fallecimiento de uno de los cónyuges.
- **La familia de madre soltera:** es aquella familia en la que la mujer desde el inicio asume sola la crianza de su hijo, donde el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos. En este tipo de familia también hay diferencias en la crianza del pequeño, pues no es lo mismo ser madre soltera adolescente, joven o adulta.
- **La familia de padres separados:** es un tipo de familia en la que los padres no viven juntos, no son pareja pero deciden seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos, se niegan a la relación de pareja pero no a la paternidad y maternidad.
- **Familia reconstituida:** se le denomina a los progenitores que vuelven a formar pareja con otro (a), para iniciar una nueva convivencia, con vínculo matrimonial legal o sin él, donde al menos un miembro de ésta, proviene de una unión anterior.

Concluyendo, estos modelos o tipos de familia, se establecen en todas las clases y niveles sociales, dando lugar a diversas configuraciones. Lo cierto es que “*todos queremos vivir en familia*” ahora la estructura familiar tiene vínculos de afecto y convivencia, vínculos psicológicos, ya que la familia se ha convertido en un lugar privado de realización personal y no tanto de imagen, como tarjeta de presentación social o requisito para formar parte de la vida pública.

La vinculación económica, legal y reproductiva, sigue presente en la mayoría de las familias pero al servicio de lo afectivo y de un modo no tradicional. Así responder a la pregunta: ¿a qué se le llama familia hoy? Podría responderse que hoy ser familia es lo que cada uno considere “*como su familia*”.

La diversidad es muy amplia, matrimoniales y no matrimoniales; intactas y reconstituidas, de hijo único y numerosas, monoparentales, biparentales, homosexuales, heterosexuales, biológicas, adoptivas y las posibles combinaciones de todos éstos tipos de familia. Lo que sigue pareciendo claro, es que la mayoría de la gente quiere vivir en familia y que su núcleo de convivencia sea reconocido y apoyado como tal (Berástegui & González, 2013).

Después de mostrar un panorama general de la tipología actual de las familias, ahora se abordarán los estilos de crianza más comunes que utilizan los padres para educar a sus hijos y la relevancia que éstos tienen en la formación de la autoestima de sus pequeños.

2.5 Los estilos de crianza de los padres

Antes de describir los principales estilos parentales, es importante hacer una breve historia sobre cómo se inicia la relación entre padres e hijos, desde el origen de ésta interacción.

Cuando un bebé llega a una familia, suscita cambios inmediatos a todos los miembros que conforman ése sistema, principalmente a la madre, y al padre si se encuentra comprometido con él. A medida que lo atienden, lo alimentan y van cubriendo sus necesidades fisiológicas, se va creando un vínculo afectivo llamado **apego**.

El concepto de apego infantil, se inició hace más de un siglo y se utilizó para describir la relación esencial, que se da entre el niño y su madre durante sus primeros años de vida. Freud (1938), describió esa relación como *“única sin comparaciones, establecida inalterablemente para toda la vida, como el primer y más fuerte objeto de amor y como prototipo de todas las relaciones posteriores”* sin embargo, ésta pionera descripción fue pronto superada debido a que era demasiado determinante para las futuras relaciones del niño y no existía evidencia empírica (Polaino-Lorente, 2004).

Felman (2008), muestra los trabajos de Bowlby (1940), precursor del estudio empírico de las relaciones afectivas, reformulando el concepto de apego. Años posteriores, es abordado desde una nueva perspectiva empleando una metodología de tipo experimental, donde tuvieron un mayor control de ciertas variables, la etología (ciencia que estudia el comportamiento de los animales) y la investigación animal experimental, se unieron para abordar el tema del apego y la privación de cuidados maternos.

De ésta manera, las primeras investigaciones se llevaron a cabo con chimpancés bebés, a quienes les colocaron dos figuras maternas de alambre, una de ellas les proporcionaba alimento y la otra no, pero solo la segunda estaba forrada de felpa. Los pequeños chimpancés preferían abrazar a la supuesta madre de felpa, suave y cálida, que a la “madre de alambre” que los alimentaba. La preferencia de ellos fue muy clara: pasaban la mayor parte del tiempo abrazados a la “madre de felpa” y ocasionalmente se acercaban a la “madre de alambre” para alimentarse. Concluyendo así que la “madre afelpada” les proporcionaba consuelo y que el alimento no es la base del apego (Harlow, en Feldman, 2008).

Asimismo, los seres humanos en los primeros meses de nacimiento, a través de señales específicas como llorar, sonreír, mirar a los ojos a quien lo atiende, quieren mantenerlo cerca para obtener protección ante cualquier peligro; este vínculo se convierte en una base segura que puede permanecer con los años y la distancia. A medida que crecen y se desarrollan los niños establecen una relación muy especial con esa persona; siendo generalmente, la madre (Bowlby, en Feldman, 2008).

De acuerdo a Feldman (2008), **el apego** es el vínculo emocional positivo que se establece entre un niño y un adulto en particular, donde el niño al estar cerca de esa persona se siente seguro y confiado en situaciones que sin ella, podría presentar angustia.

Así, la calidad del apego que se forma entre un bebé y su cuidador principal dependerá del tipo de atención que ha recibido.

Las madres que establecen un apego seguro, son cuidadoras sensibles y tiernas desde un inicio y los niños adquieren un estado de bienestar, mientras que aquellos con un apego inseguro, generalmente se muestran irritables y desconfiados (Ainswort, en Schaffer, 2002).

El daño causado por la ausencia de cuidados maternos, tiene mayor incidencia entre menor sea la edad del niño, especialmente del nacimiento a los tres años; entre los tres y cinco años, el riesgo todavía es significativo aunque menor, debido a que en ésta etapa, su capacidad de representación le permite mantenerse más confiado en ausencia de su madre y puede esperar su regreso con mayor tranquilidad. A partir del quinto año, el riesgo disminuye, aunque todavía es común que varios niños entre los cinco y ocho años, sufran la separación de su mamá, sobre todo si es repentina y sin previo aviso (Bowlby, en Polaino-Lorente, 2004).

En resumen, el apego se caracteriza por la necesidad que siente el niño de mantenerse cercano y en contacto físico con su madre o figura sustituta. La calidad del apego está determinado, por la interacción que se establece entre ambos, Es decir, que no solo influye el comportamiento del menor, sino también, la conducta de los adultos que lo atienden. De ésta manera el **apego** “*tiene un carácter estable, consistente e irreversible*” (Vargas, en Polaino-Lorente, 2004).

Como se observa, la relación entre los padres e hijos, es un aspecto crucial en el desarrollo saludable de la personalidad de cada individuo, por lo que se puede decir que para el niño, el mundo está representado por los padres, por sus creencias, sus conductas, temores y expectativas (Grych, Jouriles, Swank, MacDonald & Norwod, 2000).

Asimismo, los padres ponen en práctica con sus hijos diferentes tácticas llamadas “estilos educativos, prácticas de crianza o estrategias de socialización”, con la finalidad de educar y orientarlos para su integración social; éstas prácticas difieren de unos padres a otros y sus efectos en los hijos también son diferentes.

Con las prácticas de crianza los padres pretenden modular y encauzar las conductas de los niños, basadas en sus valores, expectativas y de acuerdo a su personalidad (Ramírez, 2005).

Las prácticas de crianza, representan el factor más poderoso, por el cual la familia modifica y mantiene el ajuste socioemocional de los hijos (Sánchez, Jurado, & Hernández, 1992).

Es por esto que algunos autores conceptualizan la crianza como el medio por el que los padres socializan a sus hijos, moldeando así su personalidad (Harkness, S., & Super, Ch., 1996).

Los estilos de crianza se ven reflejados en las actividades que los padres practican día a día, así como la forma en que muestran los recursos para apoyar el desarrollo psicológico de sus hijos. De acuerdo al estilo de crianza que utiliza cada familia los progenitores son la base fundamental de la educación y conducta de los niños (Arranz, 2004).

Para Erikson (1985), existen *dos dimensiones* principales del estilo parental, en donde los padres definen sus conductas, al momento de establecer algún estilo de crianza:

- 1) ***Aceptación/sensibilidad:*** en ésta dimensión se encuentran los padres tolerantes y sensibles, quienes motivan a sus hijos para seguir adelante, demostrando su apoyo, amor paternal y a la vez tienen la habilidad para ser críticos, cuando el niño se comporta de manera inadecuada.
Los padres menos tolerantes e insensibles, son quienes rara vez tienen una adecuada comunicación con sus hijos, los ignoran, castigan, critican, devalúan, y por tanto no les expresan un amor filial.
- 2) ***Exigencia/control:*** se trata de padres controladores y demandantes, que suelen presionar a sus hijos con peticiones y vigilancia, con la finalidad de asegurarse que se cumplan al pie de la letra sus indicaciones.

Los padres no controladores, ni demandantes, permiten a sus niños, mayor libertad para decidir, de acuerdo a sus intereses y gustos, por lo que son menos exigentes y restrictivos.

Las primeras investigaciones realizadas sobre el comportamiento parental, se llevaron a cabo con niños preescolares, Diana Baumrind, (en Schaffer, 2002), describe los principales estilos de crianza, tomando en cuenta la edad y característica de los niños:

- ❖ **Estilo parental autoritario:** los padres se muestran dominantes sobre sus hijos, imponen muchas reglas, esperando una obediencia sumisa y constante, no le explican al niño la razón del cumplimiento de las normas, suelen ser muy enérgicos y amenazantes de retirarles su amor, si no cumplen con lo esperado, no prestan atención a las opiniones del niño y continuamente les marcan prohibiciones.

Observando los resultados a largo plazo de éste estilo de crianza, se pudo concluir que los niños con padres autoritarios, se mostraban irritables, poco tolerantes, con dificultad para establecer relaciones amistosas, por lo que eran rechazados con frecuencia por otros niños, y en la adolescencia su rendimiento académico era regular y seguían conservando una actitud obediente.

- ❖ **Estilo democrático:** los padres se caracterizan por tener una actitud flexible con sus hijos, tienen mayor comunicación y ofrecen explicaciones acerca de la razón de las normas y reglas establecidas y se aseguran de que los niños las cumplan. También pueden escuchar opiniones y sugerencias, de modo que ejercen un control con democracia en el cual respetan a sus hijos y les demuestran su confianza, motivándolos para el logro de sus metas.

Los niños con éste estilo se mostraron felices, responsables, cooperadores e independientes, éstas características se conservaron también en la adolescencia, además de tener una autoestima elevada, un buen rendimiento académico, socialización adecuada y sin problemas de conducta o adicciones.

Arranz (2004), también coincide en los resultados de éste estilo de crianza, menciona que los niños presentan un adecuado ajuste emocional, mejor comprensión y empatía hacia los demás, capacidad de autocontrol y madurez, lo que les permite tener una mayor estabilidad emocional y obtener logros académicos, así como vivir con una actitud más alegre.

- ❖ **Estilo permisivo:** son aquellos padres que suelen ser muy tolerantes y por lo mismo exigen muy poco o nada, les permiten a sus hijos expresar sentimientos e impulsos en cualquier momento, no controlan sus actividades ni su comportamiento.

Las características predominantes de los niños con un estilo permisivo, son la impulsividad y la agresividad, además de ser demandante, egocéntrico y sin autocontrol, debido a esto sus logros y autonomía son mínimos. En la adolescencia se mostraron más vulnerables al consumo de drogas y su rendimiento académico poco exitoso, así como dificultad para socializar adecuadamente.

- ❖ **Estilo indiferente o negligente:** se refiere al tipo de padres que se muestran desinteresados y distantes hacia sus hijos, debido a sus múltiples ocupaciones y problemas personales, laborales, etc. y no se interesan totalmente en las necesidades de sus pequeños o minimizan los sucesos significativos que puedan tener a lo largo de su desarrollo, pensando que no tienen mucha importancia.

Los niños que viven con padres de éste estilo, suelen tener un grado elevado de agresión y en la adolescencia solo piensan en su bienestar, perciben un mundo hostil, sin metas claras a seguir, por lo que muestran una tendencia a presentar conductas antisociales.

De ésta manera la crianza implica de parte de los padres responder a las necesidades y demandas de sus hijos, para brindarles protección, educación y amor. Los diferentes estilos de crianza son influidos por la cultura y las formas muy específicas que muestra cada familia para disciplinar y transmitir valores y costumbres que se transmiten de generación en generación.

Barudy y Dantagnan (2005), establecen que la función de los padres tiene tres objetivos fundamentales:

Nutriente: debe ser como una forma de alimentación, al proporcionar los apoyos necesarios para asegurar la vida y el sano crecimiento de sus hijos.

Educativa: los padres deben mostrar los aprendizajes y modelos de conducta necesarios para que sus hijos logren relacionarse adecuadamente primero en familia y después con la sociedad, respetándose a sí mismo y a los demás.

Socializadora: donde los padres les brinden a sus hijos la seguridad y confianza necesaria para valorarse a sí mismos y construir su propia identidad para lograr una adecuada autoestima.

Así, los estilos de socialización se relacionan con la intensidad de la comunicación que existe entre los padres y sus hijos. Los padres que muestran más comprensión y apoyo tendrán un nivel de comunicación más alto y las familias con niveles más bajos de comunicación, aplicarán la coerción y el castigo físico más a menudo (Musitu & Soledad-Lila, en Ramírez, 2005).

Como se observa, los estilos de crianza son multifacéticos y por lo mismo pueden ser objeto de estudio para vincularlo con cualquier aspecto del desarrollo de los niños, en éste caso se tomará como base para la construcción de la autoestima en los niños preescolares.

CAPITULO III

▪ AUTOESTIMA

“solo se podrá respetar a los demás, cuando se respete a uno mismo;

Solo podremos dar, cuando nos demos a nosotros mismos;

Solo podremos amar, cuando nos amemos a nosotros mismos.

Abraham Maslow

En cualquier ámbito donde se exponga el tema de la autoestima (trabajo, familia, escuela, amigos, etc.) se observa de inmediato en cada persona un signo de interés por opinar o saber más acerca de cómo ésta afecta en mayor o menor medida en su vida, pero si se les pidiera que expresen una definición lo más precisa posible, la mayoría es incapaz de hacerlo, a pesar de que la autoestima es una de las dimensiones más fundamentales de la personalidad, sin embargo es un fenómeno complejo, abstracto, del cual no siempre se tiene conciencia (André & Lelord, 2012).

3.1 Antecedentes de la autoestima

La etimología de la palabra autoestima procede del latín: **aestimare**, “evaluar” el cual tiene un doble significado: *“el determinar el valor y tener una opinión sobre algo”*. Su origen se encuentra en los antecedentes de la filosofía griega y judeocristiana, así como en el campo de la psicología del “self o sí mismo” (Aladro, 2012).

A lo largo de la historia universal ha quedado huella de los primeros indicios de la autoestima, sin ser nombrada como tal, pero forman parte de los antecedentes de la valía personal; a continuación se muestran algunos ejemplos:

- **Alejandro Magno** en una conversación con el filósofo **Diógenes** le dice: *“¡pídeme lo que tú quieras! el filósofo contestó: lo único valioso que yo deseo está dentro y no fuera de mí, tu no lo posees, vete y no me quites el sol. Y el amo del mundo se retiró”*
- El político romano **Cicerón** decía: *“Un pueblo sin autoestima no tiene futuro” mil veces morir que perder el sendero de la rectitud o que valdríamos ante nuestros ojos”*.
- En los versos de **Pitágoras** se pone de manifiesto los valores morales en oposición a lo material; en el verso 6 dice: *“cuídate de todo acto vergonzoso tanto ante los demás como y sobre todo, ante ti mismo “*. En el verso 7 dice: *“observa lo que sea más justo en tus acciones como en tus palabras, lo que debe importarnos y debemos cuidar sobre todo, es hacer lo justo y apropiado por sí mismo”*.
- **Goethe** aludía: *“la peor desgracia que le puede suceder a un hombre es pensar mal de sí mismo “*.
- A fines del siglo XIX, en el campo de la psicología, se puede decir que se inician los primeros estudios de la autoestima con **William James** (1890), considerado “el padre de la psicología americana” en su obra *Principios de psicología*, James escribió: *“la autoestima que tenemos depende enteramente de lo que pretendamos ser y hacer”*. para él la autoestima es el resultado de lo que la persona hace para obtener el éxito en aquellas metas que pretende alcanzar, y estableció la siguiente fórmula: autoestima= éxito.
- **Carl Rogers** (1961), uno de los máximos exponentes de la psicología humanista, propuso el siguiente axioma: *“todo ser humano sin excepción, por el hecho de serlo, es digno del respeto incondicional de los demás y de sí mismo; merece estimarse a sí mismo y que se le estime”*. En la creación de su terapia *no directiva centrada en la persona*; implica una aceptación

incondicional del terapeuta hacia el cliente fomentando así, el autorrespeto y la autoaceptación (Bernal, 2013).

- **Robert White** (1963), autor neoanalista manifestaba que la autoestima tiene una condición dinámica, acumulativa y de interacción que está relacionada con los éxitos y fracasos específicos de cada individuo (Mruk, en Aladro, 2012).
- En el campo de la psicología social, destacan los escritos de **Morris Rosenberg** (1965), donde refería a la autoestima como un fenómeno personal, psicológico y social. definiéndola como una evaluación de sí mismo, que cada sujeto expresa en una actitud de aprobación o desaprobación.
- Un psicólogo norteamericano muy significativo en la década de los sesenta, fue **Stanley Coopersmith** (1967), ya que sus estudios representan el retorno de la autoestima a la psicología académica, conductual y experimental; trabajó con niños y adolescentes, enfatizando el papel de los padres en el fomento de la autoestima.
- **Abraham Maslow**, uno de los creadores de la psicología humanista también aborda el tema de la autoestima en su *teoría de la motivación*, donde estableció una jerarquía de las necesidades humanas y explica que a partir de las necesidades fisiológicas básicas, cada una de las siguientes: (necesidad de seguridad, de pertenencia, de autoestima, de autorrealización) es la consecuencia principal de la anterior, ya que al saciarla, surge una nueva necesidad y siempre ésta es superior; así coloca a la autoestima como una de las necesidades principales, por encima de las de pertenencia y solo por debajo de la última escala que es la autorrealización (Maslow, 1991).
- En la cúspide de todas éstas tendencias y concepciones anteriores, se encuentra **Nathaniel Branden** (1995), quien concibe una *psicología de la autoestima*, basada en un “*egoísmo saludable*” que difiere de un egoísmo

mezquino e irresponsable, para Branden la autoestima no es narcisismo (desde la óptica del psicoanálisis Freudiano), ya que el narcisismo es un sistema de baja o pseudo-autoestima que lo utiliza como un mecanismo de defensa para ocultar sus sentimientos de poca valía. La autoestima para él, es el *amor al propio ego* (ese es el egoísmo saludable) que sirve como base para proyectarlo en amor auténtico hacia los demás. Más adelante se describirán con mayor detalle sus valiosas aportaciones al tema.

- En la actualidad existe dos autores franceses **Christophe André y François Lelord** (2012), que abordan el tema en cuestión y establecen que la autoestima consta de tres “*ingredientes*”: la confianza en sí mismo, la visión de sí mismo y el amor a sí mismo; ellos plantean que la adecuada dosificación de cada uno de los tres componentes es indispensable para obtener una autoestima armoniosa. Posteriormente se especificará en qué consisten dichos componentes.

3.2 Definición de autoestima

La autoestima ha sido conceptualizada bajo diferentes posturas teóricas en términos de la valoración de sí mismo, que se adquiere desde la infancia en el seno familiar y cultural a través de experiencias de merecimiento, así como la sensación de ser amado, apreciado, y en etapa adulta mostrar competencia en relación al éxito y eficacia, que otorga al individuo un sentimiento de ser hábil y efectivo. (Aladro, 2012).

Abraham Maslow (1991), en su obra “*motivación y personalidad*” en relación al tema menciona: “*La satisfacción de la necesidad de autoestima conduce a sentimientos de autoconfianza, valía, fuerza, capacidad y suficiencia, de ser útil y*

necesario en el mundo. Pero la frustración de éstas necesidades produce sentimientos de inferioridad, de debilidad y desamparo”.

Para **Nathaniel Branden** (1999), la autoestima es una realidad psicológica que ha existido en la consciencia humana, muchos años atrás de que surgiera como un concepto explícito, él dijo: ahora *“el desafío está en entenderla”*.

Como una definición preliminar expone: es una necesidad profunda y poderosa, esencial para una sana adaptación, funciona en nuestro interior con o sin nuestro consentimiento.

Branden explica cómo la autoestima influye en la vida de cada individuo:

“La autoestima plenamente consumada es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias”:

- a) Tener confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.

- b) La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices, el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

La autoestima es una fuerza motivadora, inspira un tipo de comportamiento, influye directamente en nuestros actos, tiene una causalidad recíproca, ya que nuestra autoestima influye en nuestra forma de actuar y nuestra forma de actuar influye en nuestra autoestima.

Finalmente expresa: *“La autoestima es la disposición a considerarse competente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad”*.

Stanley Coopersmith (1981), define a la autoestima como la evaluación que el individuo hace y mantiene con respecto a sí mismo, a través de una actitud de aprobación o desaprobación, que refleja el grado en el cual cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno. Por tanto la autoestima implica un juicio

personal de la dignidad y de la valía que es expresado en las actitudes que cada quien tiene hacia sí mismo.

Ken Wilber (1995), psicólogo, investigador y escritor, destacado en el desarrollo de la psicología transpersonal, se refiere así acerca del tema:

La autoestima está vinculada con las características propias del individuo, el cual hace una valoración de sus atributos y configura una autoestima positiva o negativa, dependiendo de los niveles de conciencia que exprese sobre sí mismo, los cuales no solo permiten una forma particular de visión del mundo que lo impulsa a la realización de acciones creativas y transformadoras; la autoestima es base para el desarrollo humano, ésta necesidad de aprendizaje aumenta en la misma proporción que aparece cada desafío, así la necesidad de defender la continuidad de la vida a través de un desarrollo equitativo, humano y sustentable. (Bernal, 2013).

Pallarés (2011), expone que la autoestima es vivir en un estado individual de competencia para tratar con los retos de la vida de forma valiosa, los éxitos y fracasos cuando son manejados como desafíos, ofrecen una comprensión básica sobre uno mismo y la propia confianza que debe existir para desarrollar una habilidad en un área específica (Aladro,2012).

André y Lelord (2012), mencionan que algunos investigadores consideran a la autoestima como la suma de varias autoestimas específicas, en diferentes campos de acción, que pueden funcionar de manera relativamente independiente unas de otras. Por ejemplo es posible que alguien posea una buena autoestima en el área laboral y otra menos buena en su vida emocional; según las circunstancias en cada relación, el sentimiento de valor personal puede variar considerablemente.

Asimismo ellos indican, que existen otros investigadores que difieren de ésta afirmación, ya que consideran que es imposible tener una buena autoestima en un campo, sin que esto beneficie a otras áreas; en la mayoría de las personas un éxito o un fracaso en alguna área de su vida puede tener consecuencia en las otras. Así una desilusión amorosa, puede provocar en la persona una sensación

de pérdida global de valor personal, de la misma manera un éxito en un campo determinado, con frecuencia otorga un buen estímulo de autoestima. Entonces la autoestima solo puede comprenderse, como una mirada general de sí mismo, si ésta mirada es benevolente y positiva, los defectos se minimizarán y esto permitirá visualizar mejor las cualidades.

Desde el punto de vista de éstos dos autores (André y Lelord), todas las actividades que realiza el individuo, intentan satisfacer dos grandes necesidades que son indispensables para su autoestima; sentirse **amado** (apreciado, reconocido, deseado, etc.) y sentirse **competente** (eficaz, dotado, hábil, etc.), la expectativa general es lograr la satisfacción conjunta de éstas necesidades. Como ejemplos:

- Los políticos quieren ejercer el poder (competencia), pero también quieren ser populares (amor).
- En el campo laboral, es importante ser experto en un área específica (competencia), pero también se busca ser apreciado por los colegas (amor).
- En la vida conyugal, no sólo se valora el amor de la pareja, también se busca la admiración y la estima de él o ella.

La autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento que muestra cada individuo; abarca su forma de ser y de actuar, habla de los rasgos de la imagen corporal y del carácter. En resumen es la percepción evaluativa de uno mismo. La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser y al sentido de nuestra valía personal, por lo tanto nada en nuestra manera de ser, estar y actuar escapa a la influencia de la autoestima.

Finalmente, André y Lelord (2012), concluyen que la autoestima, es una dimensión de la personalidad eminentemente móvil, más o menos estable, que necesita ser alimentada regularmente. Por lo que ahora se abordarán las principales características para tener una idea más completa de su significado.

3.3 Características de la autoestima

Diversos estudios (Quiles y Espada, en Aladro, 2012), en relación a la autoestima han identificado tres tipos de características:

Características cognoscitivas: se refieren a las opiniones y creencias que cada individuo tiene de sí mismo.

Características socioafectivas: que describen la valoración de lo positivo o negativo que genera un sentimiento en cada persona.

Características conductuales: que se refieren a la intención y decisión de actuar que manifiesta cada individuo en una autoestima alta o baja, determinada por los diferentes aprendizajes, condicionamientos o influencia del medio social.

Asimismo, otros investigadores del tema en cuestión (Baumneister, Mruk, Kernis, Rosenberg, en Aladro, 2012), han establecido una clasificación de la autoestima en dos niveles básicamente (alta y baja), aunque también se menciona un nivel intermedio.

La autoestima baja, se identifica con la vulnerabilidad para responder de dos maneras; una respuesta puede ser de evitación, de retraimiento y precaución y otra de utilizar conductas compensatorias como la negación, hostilidad o agresividad.

En estudios de Wells y Marwell (1976), Epstein (1985), Bednar et al. (1989), reportan que las personas con autoestima baja son generalmente sensibles a la información negativa, debido a una percepción conductual que favorece la negatividad o que bloquea los aspectos positivos de la experiencia (Aladro, 2012).

Para Branden (1995), una autoestima baja se correlaciona con la irracionalidad y la ceguera ante la realidad, con la rigidez, el miedo a lo desconocido, con estar a la defensiva, con la sumisión o el comportamiento reprimido en forma excesiva y el

miedo o la hostilidad a los demás; una baja autoestima es sentirse inapropiado para la vida. (Bernal, 2013).

André y Lelord (2012), exponen que las características particulares de la autoestima baja son: el evitar las actividades de competencia por temor a ser criticado y actuar lo menos posible, donde pueden adoptar la táctica denominada “pesimismo defensivo” que consiste en una actitud de imposibilidad de éxito debido a no poseer las habilidades para lograrlo, comparándose con otros.

En contraste, **la autoestima alta**, también llamada positiva, saludable o constructiva, Branden (1999), la describe de la siguiente manera: “una autoestima saludable se correlaciona con la racionalidad, el realismo y la intuición, con la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios, con el deseo de admitir y corregir los errores, con la benevolencia y con la disposición a cooperar. Tener una alta autoestima es sentirse confiadamente apto para la vida, es decir competente y merecedor”.

Miceli (1999), André y Lelord (2012), coinciden en sus descripciones acerca de la autoestima alta, desde el enfoque cognoscitivo y socioafectivo, ellos dicen que generalmente las personas que poseen éste nivel de autoestima tienen ideas claras de sí mismas, tienden a describirse de manera positiva, su discurso es coherente, su juicio es estable y relativamente independiente de las circunstancias y de la influencia de otras personas. Por lo que frecuentemente toman sus propias decisiones y toman menos en cuenta las opiniones externas para alcanzar sus

metas. Aunque tengan una reacción emocional ante situaciones de fracaso, solo presentan cierta ansiedad, confrontan la crítica y la utilizan para sus nuevas experiencias, ampliando sus límites.

Los inconvenientes de poseer una autoestima alta son: tener demasiadas certezas y simplicaciones, por lo general no toman en cuenta las críticas, dependen de la recompensa, la prudencia está disminuida, sus cualidades van

acompañadas de narcicismo, defensividad y soberbia, no obstante se muestran agradables y por tanto atractivos, que les favorece establecer relaciones interpersonales con facilidad. (Baumeister et al., Pallarés, en Aladro, 2012).

El hablar de una dimensión intermedia, entre los dos niveles de autoestima (alta y baja), existen pocos resultados al respecto, pero se ha observado que la **autoestima media**, está asociada a personas con características positivas y negativas y que se les considera en una posición adecuada y aceptable (Coopersmith, Wells & Marwell, Mruk, en Aladro, 2012).

La autoestima media se concibe como una relación más curvilínea que lineal entre la estima personal y las características de la personalidad, es decir que las personas con autoestima media, tienen lo mejor de ambos extremos del continuo de la autoestima y logran mantenerse en ese punto de equilibrio.

No obstante, un autor con enfoque Gestalt **Adrián Salama** (2006), hijo del precursor de la psicoterapia Gestalt en México, quien publica un artículo sobre la autoestima donde refiere que para él no existen niveles en la autoestima, simplemente se posee o no.

Por lo que denomina “desestimados” a aquellas personas que por sus actitudes y conductas muestran no tener autoestima. y “estimados” a quienes manifiestan una sana autoestima. Hace un comparativo de los comportamientos característicos de ambos tipos de personas. A continuación se describen algunos de éstos:

- **Inconsciencia** :es una característica del desestimado, ignora quién es y el potencial que posee, toma la vida con indiferencia o se dedica a hacer muchas cosas que no le satisfacen, vive desfasado en el tiempo, prefiere pensar en el futuro o vivir recordando el pasado.
- **Conciencia**: la posee el autoestimado, es quien se ocupa de conocerse para saber de sus capacidades y limitaciones, filtra sus pensamientos enfatizando los positivos, procura tener un estado de ánimo alegre y entusiasta, se estabiliza ante emociones negativas.

- **Desconfianza:** el desestimado no confía en sí mismo, teme enfrentar situaciones difíciles de la vida, se percibe incompleto y vacío, desconfía de todos, a quienes percibe como seres malos y peligrosos; observa a la vida como una lucha constante e injusta.
- **Confianza:** cuando se confía en lo que es, no se necesitan justificaciones ni explicaciones para poder ser aceptado, quien posee autoestima, así confía y acepta las críticas y las utiliza para su crecimiento.
- **Irresponsabilidad:** el desestimado niega o evade sus dificultades, culpa a los demás por lo que le sucede y utiliza fácilmente la mentira, esto lo hace para no asumir la consecuencia de sus actos.
- **Responsabilidad:** el que vive desde una autoestima fortalecida asume responsabilidad por su vida, sus actos y sus consecuencias.
No busca culpables sino soluciones, promueve los resultados deseados y acepta con reflexión algo diferente a lo esperado.
- **Incoherencia:** el desestimado dice una cosa y hace otra, asegura que va a cambiar pero se aferra sus creencias y hábitos aunque no le funcionen, vive en el sueño de un futuro mejor pero hace muy poco o nada para lograrlo. Critica pero no se autocritica, habla de amor pero no ama, se queja pero no actúa. Su espejo no lo refleja.
- **Coherencia:** la autoestima permite en las personas que las palabras y los actos tengan un mismo sentido, aunque el estimado no hablara, sus actos hablaran por él, no suele traicionarse y se esfuerza por vencer sus contradicciones internas.
- **Inarmonía:** quien no tiene autoestima, tiende al conflicto y se acostumbra a vivir así, puede ser agresivo e irracional ante la crítica, le gusta controlar a los demás, denigra, acusa y se vale del miedo, la culpa y la mentira para llamar la atención. Cuando no tiene problemas se los inventa porque necesita del conflicto. En lo interno, esa inarmonía se muestra como ansiedad que puede derivar en adicciones o enfermedades.
- **Armonía:** cuando existe valoración personal, también se valora a los demás, lo que favorece relaciones sanas y plenas, con honestidad, sin

conflictos frecuentes y aceptando las diferencias individuales. La paz interna es la máxima conquista de la autoestima, por lo que la armonía interior elimina la ansiedad y da lugar al crecimiento interior, al encuentro con sí mismo.

Continuando en la descripción de las características **Branden** (1999), considera que la autoestima tiene dos componentes que están relacionados entre sí:

1) La sensación de confianza frente a los desafíos de la vida: la eficacia personal. Lo que significa confianza en el adecuado funcionamiento de la mente, en la capacidad para pensar y entender, para aprender a elegir y tomar decisiones. Confianza en la capacidad para entender los hechos de la realidad que entran en el ámbito de los propios intereses y necesidades; para creer y confiar en sí mismo.

2) La sensación de considerarse merecedor de la felicidad: el respeto a uno mismo, que implica reafirmarse en la valía personal, es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y de ser feliz; el sentirse satisfecho con los propios pensamientos, deseos, necesidades y que éstos sentimientos son derechos naturales que todo individuo puede gozar.

Asimismo Branden (1999), describe como se manifiesta la autoestima en aquellas personas que la poseen:

- La autoestima se proyecta en el placer que uno tiene de estar vivo a través de un rostro, un ademán, en el modo de hablar y de moverse.
- La autoestima se expresa a sí misma en la tranquilidad con la que se habla de los logros o de los defectos de forma directa y honesta, pues uno está en amable relación con los hechos.
- Se manifiesta en el gusto que la persona experimenta en dar y recibir cumplidos, en las expresiones de afecto y aprecio.
- La autoestima se percibe al estar abierto a la crítica, en reconocer los errores, porque la autoestima no está ligada a la imagen de ser perfectos.

- También se manifiesta cuando las palabras y los movimientos de una persona se caracterizan por la tranquilidad y la espontaneidad, que reflejan el hecho de que la persona no está en guerra consigo misma.
- La autoestima se observa en aquellas personas que muestran curiosidad y apertura a las nuevas ideas, a las nuevas experiencias, a las nuevas posibilidades de vida.
- Poseer una elevada autoestima, evita sentimientos de ansiedad o inseguridad, y si en algún momento aparecen, resulta más fácil aceptarlos, manejarlos y superarlos.
- La autoestima se demuestra en la flexibilidad para responder a situaciones y desafíos, ya que se confía en uno mismo y no se ve la vida como una maldición o fracaso.
- Físicamente en la persona con autoestima podemos observar, unos ojos que están alerta, brillantes y llenos de vida, un rostro que esta relajado y tiende a exhibir un color natural y una buena tersura en la piel, una mandíbula relajada, hombros relajados y rectos, manos relajadas y sueltas, los brazos cuelgan de forma fácil y natural, una postura carente de tensión, recta y equilibrada.
- ❖ *“La autoestima es por tanto, el razonamiento de que soy apropiado para la vida, soy competente y tengo valía; es estar consciente y confiado en sí mismo.”*

No obstante, Branden (1999), señala también que existe **la falsa o pseudo-autoestima**, donde las personas proyectan la ilusión de tener una eficacia y dignidad inexistente, la utilizan como una protección para disminuir la ansiedad y proporcionarse un sentido falso de seguridad que alivia las necesidades de una auténtica autoestima. Por ejemplo, se puede observar a algunas personas que disfrutan de un éxito aparente, son ampliamente populares y pueden mostrar seguridad al interactuar con los demás, pero en el fondo pueden estar profundamente insatisfechas, ansiosas o

deprimidas y sin embargo muestran una imagen de ser eficaces y respetadas, la cual es falsa.

Dos autores más contemporáneos **André y Lelord (2012)**, establecen que la autoestima requiere básicamente de tres elementos:

1) El amor a sí mismo:

Es el aspecto más importante. Estimarse implica evaluarse y aceptarse a pesar de los defectos y las limitaciones, a pesar de los fracasos, simplemente porque una voz interior te dice que eres digno de amor y de respeto; debe ser un amor incondicional, que no derive de lo realizado.

Actualmente se sabe que el amor a uno mismo depende en gran parte del amor que la familia le proporcionó a cada persona cuando era niño y de los componentes afectivos otorgados en todo ese periodo infantil, las carencias de autoestima que se originan en éste tiempo, son más difíciles de compensar. Gustarse a sí mismo, se puede decir que es el centro de la autoestima, es su componente más profundo e íntimo, no obstante no es fácil distinguir el grado exacto del amor que cada persona siente por sí mismo.

2) La visión de sí mismo:

El segundo pilar de la autoestima, es la mirada dirigida a uno mismo, donde se realiza una evaluación con fundamento o no, de las propias cualidades y defectos. No se trata de un verdadero autoconocimiento, sino la convicción que se tiene de

dichos defectos y cualidades, de potencialidades y limitantes; aquí la subjetividad desempeña el papel principal. A manera de ejemplo una persona con algún complejo (cuya autoestima suele ser baja), sorprenderá a quienes les rodean ya que no tienen la misma percepción de las “deficiencias” que ella cree tener.

La visión que se tiene de sí mismo, se debe al resultado de la mirada que se fija en el entorno familiar y en especial en las expectativas que los padres tienen hacia cada hijo y que tiene que ver con los proyectos anhelados o inconclusos de su propia vida y que esperan verlos cumplidos a través de uno.

En otros casos, una limitada visión de sí mismo, provocará la dependencia hacia otra persona, donde el sujeto puede interaccionar adecuadamente pero en un papel secundario, donde solo recorrerá caminos explorados por otros.

Si no se toma en cuenta las necesidades e intereses de cada hijo desde una edad temprana, evitando presiones excesivas se puede generar una profunda vulnerabilidad en su autoestima, creando síntomas de ansiedad y temor al fracaso recurrente.

3) La confianza en sí mismo:

Se refiere a tener la convicción de ser capaz de actuar de forma adecuada en situaciones que ponen en juego las competencias de los individuos. La autoestima necesita actos para mantenerse o desarrollarse; como pequeños éxitos cotidianos que permiten mantenerse en un equilibrio psicológico, como lo es el oxígeno y los alimentos para un equilibrio corporal.

¿De dónde proviene la confianza en sí mismo? principalmente del tipo de educación que se recibe en la familia o en la escuela. La confianza se trasmite a través del ejemplo y también con el discurso; si ante un fracaso, los padres motivan a su hijo verbalmente para que lo supere y en la vida cotidiana ellos no lo hacen, esto no sirve de mucho. Los niños aprenden más de los actos de los adultos que de sus palabras.

Una prueba de la confianza que se tiene en sí mismo, es no temer excesivamente a lo desconocido o a situaciones adversas.

Los tres componentes de la autoestima, generalmente se encuentran vinculados entre sí. **El amor por uno mismo**; que significa respetarse suceda lo que suceda, atender a las propias necesidades y aspiraciones, facilita inevitablemente **una**

visión positiva de sí mismo; lo que lleva a creer en las capacidades innatas o adquiridas para proyectarse en el porvenir.

Y esto influye definitivamente en la **confianza en sí mismo**, es decir actuar sin un excesivo temor al fracaso y al juicio de los demás.

Sin embargo, existen personas que tienen éstos elementos dispersos, por ejemplo el caso de alguien con una visión de sí mismo frágil; quien solo confía superficialmente en sí mismo, al presentarse un obstáculo serio o que se prolongue la resolución de éste, su autoestima se derrumbará. Otro caso es el de la falta de amor por sí mismo, donde la persona puede tener una alta visión de sí mismo, pero un fracaso amoroso, puede causarle dudas y complejos que creía haberlos superado.

Finalmente puede darse el caso de una considerable falta de confianza en sí mismo en un sujeto que ha recibido una educación muy buena, sus padres le han protegido demasiado, lo han amado, consentido, para evitarle cualquier sufrimiento, pese a todo lo recibido puede mostrar inseguridad para lograr sus metas.

3.4 La construcción de la autoestima en el niño preescolar

¿A partir de qué edad podemos hablar de autoestima en un niño? ¿Un recién nacido más deseado que otro, tendrá una autoestima superior?

Sin duda, un bebé que experimenta la aparición de rostros paternos sonrientes y atentos con frecuencia, constituye un antecedente muy importante en la construcción de su futura autoestima (André & Lelord, 2012).

El proceso de formación de la autoestima, se inicia a los seis meses, cuando el bebé empieza a distinguir su cuerpo como algo diferente del ambiente circundante; en ese periodo comienza a elaborar el concepto de objeto y un incipiente concepto de sí mismo, a partir de las experiencias y exploraciones de su cuerpo y de las personas que están cerca de él. A medida que va obteniendo una mayor interacción y escucha su nombre repetidamente por aquellas personas que

lo atienden, el niño reacciona ante ésta “palabra” que la distingue de otras evocaciones y la asume como propia. Entre los tres y los seis años de edad, se muestra egocéntrico, donde pareciera que el mundo gira en torno a él y sus necesidades, lo que implica el desarrollo de posesión y más adelante le favorecerá para su autoestima (Coopersmith, en Branden, 1999).

Durante éste periodo preescolar, la manera en que los padres proveen experiencias de convivencia y comportamiento, ejerciendo su autoridad, estableciendo normas y límites para lograr una paulatina independencia en ellos, son esenciales para adquirir habilidades socio-afectivas.

Al iniciarse las primeras experiencias fuera de casa, los niños deben compartir muchas cosas (espacios, objetos, aprendizajes) para adaptarse al medio, lo cual es básico para el desarrollo de la apreciación de sí mismo, a partir de la convivencia con sus compañeros. A los ocho y nueve años, el niño ya tiende a establecer su propio nivel de autovalía y lo conserva relativamente estable a lo largo del tiempo.

En la infancia se establecen las habilidades de socialización que están ampliamente ligadas al desarrollo de la autoestima, pues aquí se inicia la historia del trato que ha recibido de sus padres, la comunicación y el afecto, todos éstos elementos hacen que en el futuro el niño dirija sus percepciones de manera ajustada o desajustada, formando así su personalidad.

Para Branden (1999), existen cinco condiciones muy relevantes que los padres deben establecer para lograr una sana autoestima en sus hijos:

- 1) **Aceptación:** aceptar los pensamientos, sentimientos y el valor que tiene el niño como persona, por el solo hecho de existir.

- 2) **Límites claros y justos:** el niño debe desarrollarse en un ambiente de límites definidos y claros que sean justos y negociables, sin llegar a una libertad ilimitada; lo que permitirá al niño una sensación de seguridad y tendrá una base para evaluar su comportamiento.

- 3) **Respeto a la dignidad humana:** establecer un hogar para el niño, sin violencia, humillación y/o manipulación, donde los padres tomen en cuenta las necesidades y deseos de sus hijos considerando cuales son factibles de satisfacer.
- 4) **Disciplina edificante:** los padres si poseen valores sólidos, pueden transmitirlos con el ejemplo a sus hijos, de manera respetuosa, benévola y no autoritaria.
- 5) **Autoestima de los padres:** si los padres tienen un alto nivel de autoestima, son modelos de eficacia personal y respeto hacia sí mismos.

Así, el autor concluye que no existen pautas de conducta o actitudes de los padres que sean comunes en todos y que éstas aseguren una alta autoestima, por lo que Branden (1999), deduce que la conducta de los padres, por sí sola no determina el desarrollo de la autoestima de un niño; sino que intervienen otros factores externos como son: familiares cercanos, amigos, maestros, compañeros, el ambiente escolar, etc.

Al respecto, **Polaino-Lorente** (2004), afirma que los niños suelen ser muy buenos observadores y se fijan en todo cuanto acontece a su alrededor, independiente de que los padres lo perciban o ellos lo manifiesten. Más tarde los pequeños se inspiran para hacer sus primeras imitaciones, de ésta manera los padres se convierten en el espejo donde el niño se refleja. A medida que las conductas imitadas se repiten, el niño terminará por interiorizarlas, asumiéndolas e integrándolas como propias, a éste proceso de integración le sigue otra etapa: la de identificación.

El niño se identifica con sus padres para establecer su identidad personal, no es que desee ser igual en todo, sino solo parecerse a ellos en los valores, que serán los que hagan crecer o no, su valía personal.

En conclusión, este mismo autor declara que la autoestima no aparece sorpresivamente, ni emerge como algo nuevo en cada persona, sino que el escenario natural donde surge y se manifiesta es precisamente en la familia.

Por su parte, **André y Lelord** (2012), refieren que el origen de la autoestima surge en paralelo a la conciencia de uno mismo, por lo que algunos investigadores mencionan que la representación psicológica global de sí mismo, solo se puede medir y evaluar científicamente alrededor de los ocho años, donde el niño ya es capaz de decir quién es a través de diferentes características (aspecto físico, rasgos de carácter, descripción de estados emocionales), y empiezan a tomar poco a poco ésta conciencia. Es así como se crea la base de la autoestima.

No obstante, también dicen que en la observación directa y cotidiana a los niños, se comprueba que ésta noción de sí mismo, surge con anterioridad a los ocho años mencionados, y no ha sido estudiada aún por los investigadores. La realidad es que la autoestima de los niños pequeños es bien conocida por sus padres y familiares.

Los éxitos infantiles influyen en la autoestima y hasta pueden jerarquizarse: lograr un éxito en casa, por ejemplo armar un rompecabezas, resultará gratificante para el niño, pero no se compara con un logro al exterior, como – lanzarse por un tobogán alto - y más puede ser la victoria en un juego de competición (ganar una carrera o meter un gol con el equipo escolar).

Entre los tres y cuatro años, el niño comienza a preocuparse por su aceptación social, la relación entre ésta preocupación y la autoestima es muy estrecha. Los intentos de los niños por valorarse ante los demás comienzan a muy temprana edad.

Para finalizar se retomarán las palabras de **Nathaniel Branden** (1999), en relación a la importancia de la familia y su tarea en la construcción de la autoestima de los niños:

La meta adecuada de la crianza de los padres consiste en preparar a un hijo para que sobreviva de forma independiente en la edad adulta. El bebé empieza en una situación de total dependencia, si la crianza tiene éxito, el joven o la joven pasarán de esa dependencia a ser seres

humanos que se respeten a sí mismos y a ser responsables, capaces de responder a los retos de la vida de forma competente y entusiasta. Del mismo modo serán autosuficientes no solo desde el punto de vista económico sino también intelectual y psicológicamente.

CAPITULO IV. PROPUESTA

▪ DISEÑO DEL TALLER

“La felicidad de mi hijo comienza con su autoestima”

4.1 JUSTIFICACION

En la actualidad, las estructuras familiares muestran cambios acelerados y constantes, especialmente cuando ambos padres trabajan fuera de casa o cuando la familia es monoparental y es generalmente la mamá quien sale a trabajar varias horas al día, lo que implica que dedique poco tiempo y atención a sus hijos, delegando el cuidado a familiares cercanos o un centro de desarrollo infantil en el caso de niños menores de seis años.

Derivado de éstas dinámicas, los padres en general suelen mostrar desconocimiento acerca del desarrollo de sus hijos y especialmente del manejo adecuado de su vida emocional, sobre todo cuando su mayor convivencia es de fin de semana y se dedican a corregir lo que el niño “no hace bien” con la intención de educarlo o en el extremo tratan de complacerlo en todo, para aliviar “la culpa” por el tiempo de ausencia. El no saber cómo atender a sus hijos, con frecuencia les genera a los padres confusión, estrés, ansiedad, etc., que puede terminar en una actitud y trato inadecuado hacia los niños hasta dejar una huella significativa en su autoestima.

Siendo la autoestima en esencia, la plataforma de la personalidad, definida como la percepción evaluativa de uno mismo, que se va construyendo en los primeros años de cada individuo, donde la familia y los padres en especial influyen sustancialmente, ya que los niños son grandes observadores de su entorno y es desde la etapa preescolar, donde van imitando comportamientos repetidos y se van identificando, asimilando e interiorizando su valía personal a través de la propia autoestima de sus padres y de su medio social, quienes se convierten en el “espejo” donde el niño se refleja.

Por lo anterior expuesto y por la salud mental de los pequeños, me parece relevante, diseñar un taller dirigido a padres de familia donde ellos comprendan la trascendencia de la autoestima y logren identificar las características, niveles y componentes de ésta, para tener conciencia de su autovalía y cómo fortalecer la autoestima de sus hijos, mediante actitudes, frases simples y principalmente su propio comportamiento, donde el niño visualice una coherencia entre lo que dicen verbalmente sus padres, lo que expresan a través de sus sentimientos y la conducta que muestran ante ellos.

Otro de los beneficios que aporta la siguiente propuesta, es cubrir una necesidad de orientación que demandan los padres a los psicólogos en las Estancias para el bienestar y desarrollo infantil, así como para el personal educativo que atiende a niños en éste estrato de edad, ya que deben tomar en cuenta las necesidades e intereses de cada infante, desde una edad temprana, evitando presiones excesivas que pueden generar una profunda vulnerabilidad en su autoestima.

En la medida que los padres o tutores así como el personal educativo tenga conciencia de que los niños en ésta edad más que escuchar, observan... entonces se convertirán en modelos y proyección de una manera de responder a los retos de la vida y su actitud hacia los pequeños deberá ser más empática y afectiva.

4.2 Objetivo general

Al finalizar el taller, los padres de familia comprenderán la trascendencia de la autoestima y la manera en que pueden fortalecerla en sus hijos con los beneficios que ésta conlleva.

4.3 Objetivos específicos

- Los padres de familia identificarán las principales características del desarrollo de los niños en edad preescolar, enfatizando el área afectivo-social que determina la construcción de la autoestima.

- Los participantes conocerán la clasificación de la diversidad familiar y de acuerdo a ésta se identificarán con alguna de ellas, así como el estilo de crianza que emplean con sus hijos y la repercusión que éste implica.
- Los padres de familia conocerán qué factores influyen en la autoestima de cada individuo, sus características y cómo ésta se va construyendo en el niño preescolar.
- Que los padres de familia asuman la trascendencia de la autoestima en la formación de sus hijos y logren fortalecerla en acciones muy concretas de su vida cotidiana.

4.3 Participantes

Taller dirigido a padres con escolaridad mínima de secundaria, sin importar el nivel socioeconómico, cuyos hijos se encuentren inscritos en el grado preescolar del centro de desarrollo infantil elegido para llevar a cabo el taller ubicado en la ciudad de México.

4.4 Materiales

Para la realización del taller, en sus diferentes sesiones se requiere de los siguientes materiales:

- ✓ Proyector
- ✓ Pantalla
- ✓ Lap-top
- ✓ Diapositivas
- ✓ Plumas
- ✓ Hojas blancas tamaño carta
- ✓ Estambre
- ✓ Pizarrón blanco
- ✓ Marcadores
- ✓ Plumones
- ✓ Diurex
- ✓ Hojas bond

- ✓ Tarjetas (tamaño ficha bibliográfica)
- ✓ Caja de cartón
- ✓ Sillas
- ✓ Una mesa (para colocar el proyector y Lap-top)

4.5 Escenario

El taller está diseñado para llevarlo a cabo en cualquier centro de desarrollo infantil que atienda a niños preescolares, por lo que en el inmueble elegido, se solicitará un salón amplio, con iluminación y ventilación adecuada con sillas y mesas suficientes de acuerdo al número de participantes, donde los padres de familia puedan trabajar con comodidad. Asimismo se solicitará con anticipación una pantalla y proyector para la presentación de diapositivas.

4.6 Instrumentos

Se aplicará un cuestionario al inicio y al final del taller (pretest-postest), que está constituido por siete preguntas relacionadas con los temas que se van a exponer, enfatizando la autoestima como tema principal; con el propósito de evaluar los cambios entre el inicio y el final del taller (Ver anexo 1).

4.7 Procedimiento

Una vez que se decida y se autorice el Centro educativo Infantil donde se realizará el taller, la población de padres de familia con hijos en edad preescolar de los tres grados (P1, P2, P3) será cautiva y por lo tanto sólo será necesario colocar un cartel en el pizarrón de “avisos” con la información precisa e invitarlos también de forma personal (con dos semanas de anticipación) por la mañana cuando dejan a sus hijos en dicho Centro.

4.8 Cartas descriptivas

El taller estará dividido en cuatro sesiones, las cuales se llevarán a cabo semanalmente, los días viernes con una duración de tres horas por cada sesión.

CARTAS DESCRIPTIVAS

Sesión 1 “Conociendo a mi hijo(a)”

Objetivo específico: Los padres de familia identificarán las principales características de desarrollo de los niños en edad preescolar, enfatizando el área afectivo-social que determina la construcción de la autoestima.

Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
Bienvenida y presentación	La facilitadora agradecerá la asistencia de los padres, se presentará de manera breve y les solicitará que se registren.	-hojas blancas -plumas	15”
Logística del taller	Se dará a conocer el nombre y objetivo general del taller, horarios y fechas, así como el número total de sesiones con los objetivos específicos y se resolverán dudas al respecto.	-proyector -Lap-top -pantalla	15”
Dinámica “La telaraña”	Con la finalidad de establecer un ambiente de confianza entre el grupo asistente, se lanzará una madeja de estambre al azar con alguno de ellos y se le pedirá que diga: 1) su nombre 2) el motivo principal por el que asistió al taller y al terminar lanzar la madeja a otro participante conservando la punta del estambre y así hasta formar una especie de “telaraña “con varios de los asistentes.	-una madeja de estambre	25”
Aplicación de cuestionario	Previo a la exposición del tema principal de ésta sesión, los padres de familia, resolverán un pretest de 7 preguntas abiertas	-cuestionario impreso	15”

(pretest)	que abarcarán los tres temas del taller (desarrollo del niño preescolar, familia y autoestima) ver anexo 1.	-plumas	
Exposición del tema	Presentación de las principales características del desarrollo del niño en edad preescolar, enfatizando el área socio-afectiva.	-pantalla -proyector -Lap-top	50"
Retroalimentación	Atender dudas y comentarios sobre el tema.	-pizarrón blanco -marcadores	15"
Receso			10"
Dinámica	Integrar equipos de cinco personas a las cuales se les entregará una hoja bond por subgrupo para dividirla en cuatro columnas, donde cada columna llevará el rubro de cada área del desarrollo preescolar (motriz, cognitiva, lenguaje y socialización) y se les pedirá que anoten tres características de cada área y al finalizar pasarán a socializar la actividad.	-hojas bond -plumones -diurex	30"
Cierre de sesión	Agradecer la asistencia de los padres y motivarlos para continuar asistiendo hasta el término del taller.		5"

Sesión 2 “El universo familiar”

Objetivo específico: Los participantes conocerán la clasificación de la diversidad familiar y de acuerdo a ésta se identificarán con alguna de ellas, así como el estilo de crianza que emplean con sus hijos y la repercusión que éste implica.

Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
Bienvenida y registro	Iniciar con una breve síntesis de la sesión anterior para entrar en contexto.		10”
Temas y objetivo de la sesión	Hacer la introducción a los temas del día y explicar la importancia de éstos, como un prerrequisito para abordar la autoestima.		10”
Exposición	Presentar el primer tema: Las funciones de la familia y su tipología actual.	-pantalla -proyector -Lap-top	45”
Dinámica	Se entregará a cada participante una tarjeta en blanco, donde ellos escribirán de manera anónima solo el nombre del tipo de familia con la que se identifican, la doblarán y la colocarán en un buzón. Al término, la facilitadora irá sacando cada tarjeta del buzón y se hará una reflexión sobre cuál es el tipo de familia que predomina en el grupo y cada uno se llevará a casa la reflexión	-tarjetas tipo fichas bibliográficas -plumas -tarjetas - buzón de cartón -pizarrón blanco	15”

	sobre su caso en particular.	-marcadores	
Receso			10"
Segunda exposición	Realizar una presentación sobre los principales estilos de crianza y las consecuencias implicadas para la autoestima de los niños.	-pantalla -proyector -Lap-top	50"
Retroalimentación	Resolver dudas y comentarios sobre los dos temas expuestos.		15"
Dinámica	Dividir al grupo participante en tres subgrupos, uno de cada equipo tomará un papel al azar, donde se especificará el estilo de crianza (autoritario, permisivo, democrático) y éste será el que representarán a través de un psicodrama.	-accesorios para disfrazarse (gorra, lentes, peluca, ropa etc.)	20"
Cierre de sesión	Agradecer su participación y recordar el tema de la próxima sesión (autoestima).		5"

Sesión 3 “Construyendo la autoestima”

Objetivo específico: Los padres de familia conocerán que factores influyen en la autoestima de cada individuo, sus características y en particular como se va construyendo la autoestima en el niño preescolar.

Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
Sintetizar la sesión anterior	Solicitar a los padres que mencionen qué fue lo más significativo para ellos de la sesión anterior para vincular los temas.	-pizarrón -marcadores	15”
Lluvia de ideas	Previo a la presentación del tema, pedir a los participantes que mencionen una definición de autoestima (en una frase) y se escribirán algunas en el pizarrón.	-pizarrón blanco -marcadores	15”
Exposición	Presentar el tema de la autoestima, sus antecedentes, definición, factores determinantes para obtener una baja o alta autoestima.	-pantalla -proyector - Lap- top	60”
Retroalimentación	Utilizando las definiciones que proporcionaron al inicio de la sesión, ahora se les pedirá que las comparen y elaboren una nueva con la información obtenida. También se resolverán dudas y comentarios.	-pizarrón blanco -marcadores	20”

receso			10"
Segunda exposición	Desarrollar el tema: ¿cómo se va construyendo la autoestima en el niño preescolar?	-pantalla -proyector -Lap-top	35"
Dinámica	Se formarán cinco equipos y a cada equipo se le entregará una tarjeta que describe en forma breve una de las cinco condiciones que los padres deben establecer para fortalecer la autoestima de sus hijos, la analizarán por diez minutos y pasado éste tiempo la compartirán con los demás ampliando la información con algún ejemplo. (Ver anexo 2).	-tarjetas -marcadores -pizarrón blanco	20"
Cierre de sesión	Agradecer la participación e invitar a los participantes a concluir el taller.		5"

Sesión 4 “fortaleciendo la autoestima de mi hijo(a)”

Objetivo específico: Que los padres de familia asuman la trascendencia de la autoestima en la formación de sus hijos y logren fortalecerla en acciones muy concretas de su vida cotidiana.

Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
“Recordando mi propia vivencia”	Se organizará el grupo en cinco equipos, al interior de cada uno de ellos, los padres identificarán su propia autoestima en su infancia y compartirán ejemplos que los lleven a establecer una empatía con sus hijos. Al final una persona de cada equipo podrá compartir la experiencia con el total de los participantes.		35”
Exposición	Se presentará el tema “obstáculos para el crecimiento de la autoestima “de Nathaniel Branden (ver anexo 3).	-pantalla -proyector -Lap-top	45”
Retroalimentación	Se atenderán dudas y comentarios enfatizando que los padres deben evitar éstos obstáculos para fortalecer la autoestima de sus hijos.		15”
Receso			10”
Para integrar lo aprendido	Después de mostrar los diferentes aspectos que tiene la autoestima en las sesiones anteriores, se les entregará a cada uno de los padres una hoja tamaño carta para que la dividan a la mitad (verticalmente) y se les pedirá que en la primera parte escriban 4 acciones muy concretas de como manejaban la autoestima de sus hijos antes de tomar el taller y en la segunda parte de la hoja, como lo harían ahora.	-hojas tamaño carta -plumas	20”
Reflexión y comentarios	Con la hoja de la actividad anterior, se les solicitará una reflexión final sobre la misma.		25”
Aplicación de	Se les entregará a los padres el mismo cuestionario del inicio del	- cuestionario	

questionario (post-test)	taller para volver a responderlo, esperando cambios significativos en la percepción de la autoestima y cómo fortalecerla en sus hijos preescolares.	impreso -plumas	15"
Cierre final	Se agradecerá la participación de todos los asistentes y se ofrecerán sugerencias de bibliografía para quienes deseen profundizar en el tema.	-referencias bibliográficas.	15"

CONCLUSIONES

Cuando una pareja se convierte en padres de familia, las expectativas hacia su primer hijo es “darle lo mejor” y eso implica para la mayoría pensar en trabajar más para cubrir todas las necesidades materiales que requiere un bebé. Si ambos padres ya trabajaban o si es familia monoparental ahora tienen otra tarea que resolver y es: ¿quién atenderá al bebé mientras ellos trabajan? Pueden tomar la responsabilidad los familiares cercanos (abuelos, tíos, etc.) o un centro de desarrollo infantil.

Al parecer todo es cuestión de alimentarlo y satisfacer sus necesidades básicas... sin darse cuenta que existe un elemento fundamental inherente a la personalidad de cada ser humano que requiere de especial atención y que su base se establece en los primeros años de vida: **La autoestima.**

Independientemente de que los padres tengan un solo hijo o más, las necesidades de cada pequeño se multiplican y en varios aspectos, según la etapa de desarrollo en que se encuentre. En el caso específico de los niños preescolares, quienes a ésta edad poseen un adecuado dominio de su psicomotricidad, así como un lenguaje comprensible que les permite expresar ideas muy coherentes que ponen en evidencia su evolución cognitiva y especialmente en el aspecto afectivo- social, muestran una característica muy importante para la construcción de su autoestima: son muy observadores de su entorno, no pierden detalle de la interacción familiar y del centro educativo donde asisten.

Mediante el juego simbólico representan todo aquello que les parezca significativo en su vida diaria, especialmente lo que “hacen y dicen” los adultos que los atienden, aunque con un matiz de fantasía propio de su edad.

Derivado de ésta gran observación e imitación de aquellos comportamientos repetidos, los niños van asimilando normas y valores, funciones de la familia, estilos de crianza, educación y principalmente su autovalía como ser individual a través de la manera que es tratado por sus padres, tutores, amigos, maestras, etc.

Son quienes inevitablemente le muestran su verdadera autoestima y es ahí donde el niño comienza a construir la suya.

Considerando a la autoestima, en esencia como la base de la personalidad, que refiere la percepción evaluativa de uno mismo y por tanto la autovalía que está presente en cada uno de nuestros actos, en cada decisión importante de la vida, en el éxito o fracaso y sustancialmente influye en nuestra perspectiva global de la vida.

Visualizando la poca trascendencia que los padres le otorgan a la autoestima y la forma en se dirigen a sus hijos, donde no hay una conciencia de cómo pueden afectarlos significativamente para toda su vida, se diseñó éste taller que les permita sensibilizarse al tema, donde conozcan los principales obstáculos para desarrollar una sana autoestima en los niños, así como aquellas condiciones que la favorecen, siendo el objetivo final fortalecer la autoestima de los preescolares con todos los beneficios que implica para la familia y la sociedad.

ALCANCES Y LIMITACIONES

Uno de los alcances que el taller ofrece es que al ser dirigido a los padres, en cada una de las sesiones ellos mismos van reflexionando sobre cada tema en su propia persona, aunque está enfocando hacia sus hijos les permite explorar cómo fue su niñez, su familia, el estilo de crianza que tuvieron y cuál es el que aplican actualmente con sus hijos y especialmente pueden descubrir cómo trabajar en su propia autoestima y de forma paralela hacer cambios para sus niños y también para sí mismos.

Por otra parte, una limitación que se considera es posterior a la culminación del taller, tal vez los padres requieran un cierto acompañamiento posterior, con algunas asesorías para disipar dudas que siempre surgen al iniciar un nuevo camino, así como una motivación periódica que los lleve a mejorar la autoestima de sus hijos e inevitablemente la suya.

Asimismo otra limitación puede ser que los padres inicien el taller y por diversos motivos no la concluyan, por un problema laboral o porque el tema de la autoestima le cree una fuerte resistencia y decida eludir su participación.

REFERENCIAS

- Aladro, P. (2012). Desarrollo de habilidades para construir una autoestima positiva. Sarbrücken, Alemania: académica Española.
- Alonso, J. (2003). *Educación familiar y autoconcepto en niños pequeños*. Madrid: Pirámide.
- American Psychological Association (2012). *Manual de Estilo de Publicaciones de la American Psychological Association* (3ª ed. Adaptada para el español por la editorial El Manual Moderno). México: El Manual Moderno.
- André, Ch., & Lelord, F. (2012). *La autoestima*. (3ª Edición). Barcelona: Kairos.
- Arce, M. (2007). *El juego de roles y las actividades productivas. Sus características e importancia en el desarrollo psíquico de los niños y las niñas preescolares*. Correo Científico Médico de Holguín, 11(2), 2.
- Arranz, F. (2004). *Familia y desarrollo psicológico*. Madrid: Pearson educación.
- Baeza, S. (2013). *el rol de la familia en la educación de los hijos*. Psicología y psicopedagogía.vol.1, No.3. Recuperado de <http://P3.usal.edu.ar>.
- Barudy, J. & Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona. Gedisa.
- Berástegui, A. (2013). *El nuevo universo de formas familiares*. Revista critica. Marzo-abril 2013. No.984, Madrid: fundación editores
- Bernal, A. (2013). Una revisión histórica de la teoría de la autoestima: de William James a Nathaniel Branden y un análisis de los seis pilares de la autoestima. Tesis documental de Licenciatura. Facultad de psicología, UNAM.
- Bornstein L, Bornstein MH. *Estilos Parentales y el Desarrollo Social del Niño*. Enciclopedia sobre el Desarrollo de la Primera Infancia [en línea]. Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood Development; 2010:1-4.

Disponible: <http://www.encyclopedia-infantes.com/documents/BornsteinESPxp.pdf>.

Branden, N. (1999). *Los seis pilares de la autoestima*. (Reimpresión) México: Paidós. (Pp.191-193).

Branden, N. (1995). *La psicología de la autoestima*. México: Paidós.

Eguiluz, L. (2003) *dinámica de la familia un enfoque psicológico sistémico*. [En línea] PAX MÉXICO. (pp.1)

Esparza, A., & Petrolli, A. (2004). *La psicomotricidad en el jardín de infantes*. España: Paidós ibérica. (pp.29).

Feldman, R. (2008). *Familia y desarrollo*. (4ª ed.). México: Pearson education.

Grych, J., Jouriles, E., Swank, P., Mc Donald, R., Norwood, W. (2000). *Patterns of adjustment among children of battered woman*. journal of consulting and clinical Psychology, 68 (1), 84-94.

Harkness, S. & Super Ch., (1996). Parent's cultural belief systems: their origins, expressions and consequences. New York: Guilford press.

Herrera, P. (1997). *La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud*. Rev.Cubana Med Gen Integr [en línea]. vol.13, n.6, pp. 591-595. ISSN 1561-3038.

Lobato, E. (2005). *Juego sociodramático y esquemas de género. Una investigación en educación infantil*. *Cultura y Educación*, 17(2), 115-129. doi:10.1174/1135640054

Loperena, M. (2008). *El autoconcepto en niños de cuatro a seis años*. *Tiempo de Educar* [en línea] vol. 9 Disponible en: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31111811006>> ISSN 1665-0824

Maslow, A. (1991). *Motivación y personalidad*. (3ª ed.). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Moraleda, M. (1999). *Psicología del desarrollo*. México: Alfaomega.

- Papalia, D., Feldman, R., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. México: Mc Graw-Hill: Interamericana Editores.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. México: Mc Graw-Hill: interamericana Editores.
- Polaino-Lorente A. (2004). *Familia y autoestima*. Barcelona: Ariel. (pp. 74).
- Ramírez, M. (2005). *Padres y desarrollo de los hijos: prácticas de crianza*. Estudios pedagógicos (Valdivia), 31(2), 167-177. Recuperado en 14 de septiembre de 2015, de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052005000200011&lng=es&tlng=es. 10.4067/S0718-07052005000200011.
- Saavedra, J. (2008). *Familias: tipos y modos*. www.monografias.com
- Salama, A. (2006). Los problemas con la autoestima. Recuperado de <http://www.mundogestalt.com/cgi.bin/index.cgi?action=viewnews&id=199>
- Sánchez, J., Jurado, S., Hernández, L., (1992). *Episodios agudos de angustia severa en adolescentes; análisis etiológico de predictores en la crianza y la interacción familiar*. Revista Mexicana de psicología, 9, (2), 101,116.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo: el ciclo vital*. Madrid: Mc Graw-Hill
- Schaffer, D. (2002). *Desarrollo social y de la personalidad*. (4ª. Ed). México: Thompson.
- Serrano, A. (2004). *Ayudando a crecer*. México: Producciones educación aplicada.
- Vygotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos*. Barcelona: Grijalbo.
- Wadsworth, B. (1991). *Teoría de Piaget del desarrollo cognoscitivo y afectivo*. México: Diana.
- Wallon, H. (1974). *La evolución psicológica del niño*. Buenos Aires: Psique.

ANEXOS

Anexo 1

CUESTIONARIO (Pretest-Postest)

- 1) Mencione cuatro características que presentan los niños preescolares en su desarrollo.
- 2) ¿Cuál es el lugar donde los niños comienzan a adquirir sus primeras experiencias?
- 3) ¿Cómo definiría la autoestima?
- 4) ¿Qué importancia le da a la autoestima en la formación de su hijo(a)?
- 5) ¿Cómo influye la educación o estilo de crianza de los padres en la autoestima del niño?
- 6) ¿Qué actitudes de los adultos no favorecen la autoestima de los niños?
- 7) ¿Cómo podría fortalecer la autoestima de su hijo(a)?

Anexo 2

Las cinco condiciones que los padres deben establecer para lograr una sana autoestima en sus hijos:

1) Aceptación: aceptar los pensamientos de su hijo, sus sentimientos y el valor que tiene como ser humano por el solo hecho de existir.

2) Límites claros y justos: El niño debe desarrollarse en un ambiente de límites definidos y claros que sean justos y negociables sin llegar a una libertad ilimitada; lo que permitirá al niño una sensación de seguridad y tendrá una base para evaluar su comportamiento.

3) Respeto a la dignidad humana: Establecer un hogar para el niño sin violencia, humillación y/o manipulación, donde los padres tomen en serio sus necesidades y deseos, decidiendo cuales son factibles de satisfacer.

4) Disciplina edificante: Si los padres poseen valores sólidos, pueden transmitirlos con el ejemplo a sus hijos de manera respetuosa, benévola y no autoritaria.

5) Autoestima de los padres: Si los padres tienen un alto nivel de autoestima, serán modelos de eficacia personal y respeto hacia sí mismos.

Anexo 3

Los principales obstáculos de los padres que impiden el crecimiento de la autoestima en el niño

- 1) Le transmiten a su hijo que todo lo que hace *“no es suficiente”*.
- 2) Lo castigan por expresar sentimientos *“inaceptables”*.
- 3) Lo *humillan* o lo ponen en *ridículo*.
- 4) Le transmiten que lo que hace o siente *no tiene valor*.
- 5) Lo controlan por medio de la *vergüenza* a la *culpa*.
- 6) Lo *sobreprotegen* lo que disminuye la *confianza en sí mismo*.
- 7) Lo educan sin normas, sin apoyo, sin ninguna estructura o con *normas confusas, contradictorias o severas*.
- 8) Tratan hechos evidentes como si no pasarán, lo que altera la *razón* del niño.
- 9) Lo atemorizan con *amenazas* o *violencia física*.
- 10) Le hacen sentir que es *malo, indigno* o *“pecador”*.