



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

“LA AUTOESTIMA EN EDUCACIÓN INFANTIL”

AUTORÍA MELGAR DOMINGUEZ, ANA MARÍA
TEMÁTICA
ETAPA EDUCACIÓN INFANTIL

Resumen

La inclusión de la autoestima como una de las metas del desarrollo infantil se fundamenta en el convencimiento de que el amor propio desempeña una función primordial en el desarrollo del niño. La motivación, el rendimiento escolar y deportivo, la calidad de las relaciones con los compañeros, la tolerancia a la frustración, están necesariamente influidos por la manera como piensan los niños sobre sí mismos; de ahí la importancia de fomentar desde la escuela una adecuada identidad personal y autoestima.

Palabras clave

Importancia de la autoestima en los niños

INTRODUCCIÓN

Decimos que una persona tiene una alta autoestima cuando se valora positivamente y está satisfecha con sus habilidades y acciones. Estas personas tienen confianza en sí mismas, conocen cuáles son sus puntos fuertes, y saben identificar sus puntos débiles, por lo que intentan mejorarlos, siendo la crítica que se hacen a sí mismos, suave

La autoestima de una persona es muy importante porque puede ser el motor que la impulse a triunfar en la vida, no en el plano económico sino en el terreno de lo personal; o hacer que se sienta verdaderamente mal aun a pesar de que parezca que lo tiene todo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS CON AUTOESTIMA POSITIVA

-Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirme culpable cuando a otros le parece mal lo que halla hecho.

-No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que halla ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.

-Tiene confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos aún cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente lo suficientemente seguro como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocado.

-Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

-Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.

-No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.

-Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.

-Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etc.

-Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas, reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

ESTRATEGIAS PARA FAVORECER LA AUTOESTIMA

Es muy importante que los niños y las niñas tengan un buen autoconcepto y una buena autoestima ya que niños y niñas con un buen autoconcepto y una elevada autoestima serán más activos y activas, tendrán mayor confianza en ellos mismos y, por tanto, menos dificultades en establecer amistades y en generar vínculos afectivos con otras personas.

- Fomentar hábitos saludables: lavarse manos y dientes, desayunar alimentos sanos.
- Desarrollar actividades con sus familias: talleres, salidas, celebraciones.
- Ofrecer la oportunidad de obtener información sobre sus propias capacidades: fuerza, habilidad, velocidad.
- Organizar el espacio de tal forma que se estimule la interacción entre iguales y con adultos: rincones y talleres.
- Desarrollar la expresión oral, plástica, musical, escrita, matemática y corporal.
- Realizar salidas que permitan la observación directa e indirecta, la manipulación, la reflexión.
- Fomentar hábitos de autonomía: ponerse y quitarse la ropa, resolver determinados problemas sencillos
- Tener cada día un encargado del aula que se encargue de pasar lista, vigilar el orden y limpieza de la clase, reparto del material.

ACTITUDES DEL NIÑO CON BAJA AUTOESTIMA

- ...
- No confía en lo que es capaz de hacer y le cuesta mucho recuperarse de sus fracasos.
- Cree que tiene muchos defectos y que los demás niños lo superan en todo.
- Le cuesta demasiado trabajo emprender actividades o proyectos.
- Generalmente tiene dificultad para tomar decisiones.
- Es más vulnerable al rechazo, a la presión de los compañeros o a la manipulación del grupo



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

- Cede, sin luchar por sus gustos e intereses, y no hace respetar sus derechos
- Es propenso a utilizar comportamientos agresivos, como un mecanismo de defensa, para no dejar al descubierto su propia sensación de inadecuación.
- Todo lo anterior favorece la aparición de actitudes negativas, como la rebeldía, la mentira o la apatía

COMO DETECTAR UNA BAJA AUTOESTIMA

Teniendo en cuenta que la autoestima influye notoriamente en la manera como nos comportamos y enfrentamos al mundo, es importante observar el comportamiento de los niños para tener claro si se está presentando alguna dificultad en esta área:

...

1.- Un niño con una baja autoestima suele evitar toda situación que dependa de él, pues se siente incapaz de enfrentar hasta el reto más simple de la vida cotidiana.

...

2.- El ambiente social se ve notoriamente reducido, pues en sus relaciones se muestra temeroso e inseguro y evita el contacto interpersonal para no exponerse a la interacción que le demanda aportar sus propios recursos.

3.- Las pocas relaciones que establece, por lo general, son marcadas por una profunda dependencia; es fácil que se someta a cualquier tipo de interacción, sin tener en cuenta la clase de relación que se establece.

...

4.- Delega cualquier tipo de decisión a los demás, por sentirse incapaz de hacerlo; sin embargo, cuando tiene que decidir o actuar depende notoriamente de la aprobación de los demás.

5.- Cuando los niños tienen una baja autoestima, el primer sentimiento que aparece es el de inadecuación con ellos mismos; este primer sentimiento puede generar, por un lado, introversión y limitación frente a los demás, para no tener que hacer pública esta imagen de sí mismo. Por otro lado, la falta de autoestima puede estimular cuadros depresivos debido a que, al no sentirse a gusto y cómodo consigo mismo, el niño entra en conflicto con el valor y el sentido que tiene su lugar y presencia en el mundo



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

En los años preescolares a través de las fantasías y del juego, los niños buscan vencer y superar las heridas a su autoestima, las cuales derivan de ir conociendo sus limitaciones.

Durante los años escolares los niveles de autoestima se ven afectados aún más por la adquisición de habilidades y de competencia, especialmente en el desempeño escolar, en las relaciones de amistad y en los deportes. Durante estos años la autoestima se ve profundamente afectada por los éxitos y los fracasos en estas tres áreas de la vida del niño.

Es necesario, por tanto, dar a nuestros alumnos/as la posibilidad de ser y sentirse bien con ellos mismos y esto contribuirá a que se valoren y valoren lo que hagan, piensen y sientan, sólo valorándose a ellos mismos podrán valorar a los demás y todo esto redundará en un futuro en mejores desempeños laborales y de relación, teniendo además un pasatiempo que les complemente y enriquezca como seres humanos.

La autoestima se construye a través de un proceso de asimilación e interiorización desde el nacimiento pero que puede modificarse a lo largo de toda la vida. Se genera por la imagen que los otros nos dan de nosotros mismos y por el valor que demos a esta imagen. Es durante la infancia y adolescencia donde la autoestima crea una marca profunda, porque es en estas etapas cuando nos encontramos más vulnerables y flexibles.

El papel de la escuela es importante ya que es la que debe tener habilidad y medios para identificar el problema y a ayudar al niño en dar una salida a estos sentimientos tan distorsionados que le causan tantos problemas.

Cuando el niño, en la escuela, es "rotulado" como el malo, el trasto, el impertinente, y lo único que hacen, compañeros y alumnos, es dejarle de lado, discriminarle, haciéndole sentir marginado y rechazado por todos. Esta postura no le ayudará en absoluto. Lo que sí creará es una baja estima en el niño que, en poco tiempo, podrá llevarle al fracaso escolar.

COMO ESTIMULAR LA AUTOESTIMA

:

- Incentivar el desarrollo de las responsabilidades del niño. De una manera positiva, crear algunos compromisos y pedir, en un clima de participación e interacción, su cumplimiento por parte del niño.
- Dar la oportunidad al niño a que tome decisiones y resuelva algún problema
- Reforzar con positivismo las conductas del niño/a
- Poner límites claros, enseñándole a prever las consecuencias de su conducta.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

- Enseñarle a resolver sus propios problemas y a aprender de sus errores y faltas, de una forma positiva. El niño debe sentir que un error puede ser convertido en un aprendizaje y, consecuentemente, que podrá arreglarlo si emplea más esfuerzo.

- Dejar de lado la crítica que nada construye.

- Cosas que puedo hacer bien: Se trataría de proporcionarles o repasar una serie de tareas donde ellos han de clasificarlas según la capacidad que creen tener para realizarlas.

- Cómo soy yo: Se trata de evaluar distintas áreas de su personalidad mediante un gráfico donde han de señalar tanto rasgos positivos como negativos.

- Antes y ahora: Hemos de ayudarles a resaltar aspectos en los que cada alumno ha mejorado con el tiempo.

- Manos, corazón y cabeza: Se trata de hacerles ver las cualidades positivas en relación a habilidades manuales, habilidades intelectuales y sentimientos.

- Recuerdos positivos: Ayudarles a recordar algún episodio positivo en que fueron objeto de reconocimiento social.

- Carta a los Reyes Magos: Cada alumno, con ayuda del maestro, dibuja una carta a los Reyes Magos pidiendo algunos cambios sobre la propia forma de ser.

- Sácame los colores: Cada alumno responde a un cuestionario de autoconcepto, comprobando a continuación si los demás compañeros de clase le otorgan la misma puntuación en cada pregunta.

OBJETIVOS

Los objetivos que se trabajan para fomentar la autoestima son los siguientes:

- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas
- Facilitar una mejor autoconciencia de necesidades, habilidades, capacidades y limitaciones en el niño
- Motivarse a sí mismos evitando anticipar fracasos
- Valorarse a sí mismos, sintiéndose importantes
- Incrementar su autoestima y desarrollar sentimientos de seguridad
- Desarrollar su motivación hacia el aprendizaje
- Fomentar la asunción de responsabilidades



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO 2009

- Saber perseverar ante las dificultades
- Vencer temores e inhibiciones
- Fomentar un equilibrio emocional que contribuya a proteger la salud y bienestar del niño, expresar sus necesidades y pedir ayuda.

INFLUENCIA DE LA ESCUELA

Es fundamental que los padres y maestros, sean capaces de transmitir valores claros. Es muy importante que se les enseñe a los niños, el significado de esos valores. En todos los ambientes el niño tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Los educadores deben ser conscientes de los distintos ritmos de desarrollo de cada niño, los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo. Su comprensión o la ausencia de la misma, pueden favorecer la personalidad que se desarrolla

También es necesario saber que la mente de cada niño está llena de imágenes. Estas imágenes son de tres dimensiones.

En primer lugar, se relaciona con la imagen que tiene de sí mismo. Puede imaginarse a sí mismo como una persona que puede llegar a triunfar. Por el contrario, el niño puede tener la impresión de ser una persona de poco valor, con escasa capacidad y pocas posibilidades de lograr éxitos en algún área de su actividad.

El segundo grupo de imágenes se vincula con la opinión que el niño tiene de sí mismo en relación con otras personas. Puede considerar que sus valores, sus actitudes, su hogar, sus padres, el color de su piel o su religión, son la causa de que se lo mire con temor, desconfianza y disgusto, o que se lo trate con interés. La imagen que cada niño tiene de sí mismo se forma a través del reflejo de las opiniones de los demás.

El tercer juego de imágenes se vincula con la imagen de sí mismo, tal como desearía que fuera. Si la distancia entre estas dos imágenes, como se ve realmente y la imagen idealizada, no es grande, de modo que a medida que crece y madura pueda alcanzar la asimilación de estas dos imágenes, se puede decir que se acepta a sí mismo como persona.

Por todo lo mencionado es muy importante que la escuela ayude al niño a descubrir y aprender a ser la persona que siempre quiso ser, respetándole sus tiempos, sus conflictos y sus confusiones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO 2009

CONCLUSION

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en el que estemos y los estímulos que este nos brinda.

La influencia que tiene la familia en la autoestima del niño o niña es muy importante, ya que esta es la que le trasmite o le enseña los primeros y más importantes valores que llevarán al niño a formar, a raíz de estos, su personalidad y su nivel de autoestima.

Otro factor importante que influye en la familia, es la comunicación, ya que están estrechamente relacionadas. Según se hayan comunicado nuestros padres con nosotros, esos van a ser los factores que influyan en nuestra personalidad, nuestra conducta, nuestra manera de juzgarnos y de relacionarnos con los demás.

Hay una estrecha relación entre la sociedad, la familia y la persona, ya que la sociedad es la que le presenta a la persona un modelo social con costumbres y con una cultura que a través de la familia son transmitidos al individuo.

En el caso de los niños, la escuela también cumple un papel muy importante ya que es la que debe tener la estrategia y las formas para ayudar al niño con estos sentimientos tan distorsionados que le ocasionan tantos problemas y debe por tanto, promover en los niños y niñas un autoconcepto positivo, tomando conciencia de sus virtudes y posibilidades, al igual que de sus limitaciones, enseñándole a respetar tanto a los demás como a sí mismo.

Debemos hacer de la escuela un lugar de encuentro de los niños con ellos mismos y con sus iguales, preparándolos para su vida futura.

BIBLIOGRAFÍA

- Alcántara, J.A. (1996), "Cómo educar la autoestima" Barcelona : Ceac
Kaufman y Raphael,(2000) "*La Autoestima en los niños*", Ed. Iberonet

Autoría

- Nombre y Apellidos: Ana M^a Melgar Domínguez
- Centro, localidad, provincia: Granada
- E-mail: amelgardo@yahoo.es