



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

“LA MOTIVACIÓN Y LA AUTOESTIMA EN EL AULA”

AUTORÍA BEATRIZ HERNANDEZ NIETO
TEMÁTICA PSICOPEDAGOGÍA
ETAPA EDUCACION PRIMARIA

Resumen

Este artículo pretende realizar un esbozo de la importancia que tiene la motivación en el proceso de enseñanza-aprendizaje, relacionándola con la autoestima de los distintos componentes de la comunidad educativa: padres/madres, alumnos/alumnas y profesores/profesoras, y su influencia en todo el proceso. También se plantean actividades prácticas para la mejora de la autoestima en el aula.

Palabras clave

Motivación, autoestima, profesor, alumno, familia

1. TEORÍAS MOTIVACIONALES

A continuación vamos a realizar un breve repaso sobre las principales y más influyentes teorías que explican la motivación. Estas son: teoría de la motivación de Maslow, Teoría de la Atribución y Teoría de Logro.

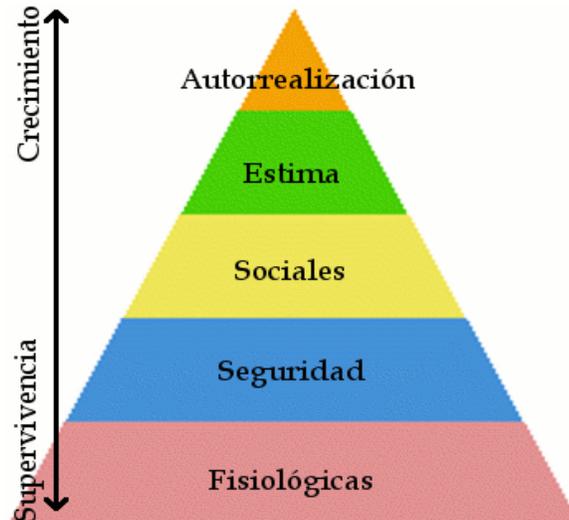
- Teoría de la Motivación de Maslow.

Maslow (1954) establece una jerarquía de necesidades, que comienza por las de bajo nivel (supervivencia, seguridad, pertenencia y autoestima) y concluye con las de nivel superior (logro intelectual, apreciación, autorrealización). Cuando quedan satisfechas las necesidades de un determinado nivel, la persona se siente motivada para satisfacer otras superiores. Se representa esta teoría sobre una pirámide, denominada “La Pirámide de Necesidades de Maslow”:

INNOVACIÓN
Y
EXPERIENCIAS
EDUCATIVAS

ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 - MARZO 2009



Es una teoría que sigue estando en perfecta vigencia, ya que es aplicable a muchos sectores de conocimiento no sólo a la autoestima en educación, sino que otras ramas de investigación la han aplicado ; por ejemplo, en las teorías sobre la Búsqueda de Empleo la pirámide de Maslow se aplica con resultados fabulosos para el entendimiento de las motivaciones externas e internas a la hora de que la persona realice una búsqueda activa de empleo.

Lo que si bien es cierto, que los diferentes estamentos de la pirámide no son parcelas estancos. Una persona, a lo largo de su existencia, puede encontrarse en un estamento u otro dependiendo de sus circunstancias y de factores internos y externos. Por ejemplo, puede encontrarse en un pico de crecimiento personal en un momento dado, pero en otro, o para otras cosas, encontrarse en el estamento de reconocimiento social. Supongo que realmente, esto es lo que nos hace crecer como personas, pudiendo valorar como es nuestro estado de ánimo, de qué depende nuestra motivación, y sentir que alcanzamos nuestros logros y que nos proponemos nuevas metas y retos.

Además al analizar la autoestima y el autoconcepto que posee una persona u alumno, es muy útil conocer en qué estamento de la pirámide se sitúa para así poder adaptar nuestro proceso de enseñanza-aprendizaje a lo que necesita la persona en ese preciso momento.

- Teoría del Logro.

En todas las personas se halla presente tanto la necesidad del logro, de conseguir una determinada meta, como la de sustraerse al fracaso. Los comportamientos de aquellos alumnos que experimenten preferentemente la necesidad del logro va a ser muy diferente de los de aquellos otros que experimenten la necesidad de evitar el fracaso.



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

Según E.Soler y otros (1992) los alumnos que se hallan más motivados por la *necesidad de logro*:

- Seleccionan problemas que plantean retos moderados.
- Se esfuerzan largo tiempo ante problemas difíciles
- Bajan su motivación si consiguen el éxito con demasiada facilidad
- Responden mejor ante tareas que implican mayores retos
- Suelen conseguir mejores calificaciones que otros de coeficientes intelectuales parecidos.

Los alumnos que se motivan básicamente por la *necesidad de evitar el fracaso*:

- Escogen problemas fáciles o irrazonablemente difíciles
- Se desaniman por los fallos y se estimulan por los éxitos
- Prefieren como compañeros de trabajo a los que se muestran amistosos
- Responden mejor ante tareas que presentan retos reducidos y ante un aprendizaje fraccionado en pequeñas etapas.

Como podemos observar podemos relacionar al alumnado con alta autoestima con aquellos que experimentan necesidades de logro, y al alumnado con baja autoestima con aquellos otros que sienten la necesidad de evitar el fracaso.

- Teoría de la Atribución

Todas las personas intentamos explicar porqué las cosas sucedieron de una determinada manera atribuyéndoles unas determinadas causas. Weiner (en Alonso Tapia y Mateos Sanz 1986), formuló y depuró una teoría general de la motivación en la que las atribuciones o explicaciones que el sujeto se da a sí mismo de sus éxitos y fracasos la conducta de los demás desempeña un papel central.

Las atribuciones que adopta el individuo influyen en gran medida en el forjamiento de su autoestima.

Así, las atribuciones causales pueden ser *internas*, situadas en el sujeto (como habilidad, esfuerzo, fatiga...) o *externas*, situadas fuera del sujeto (como la suerte o el profesor); pueden ser percibidas como *estables* o *variables*, como *controlables* o *no controlables*. Cada una de estas propiedades tiene repercusiones diferentes sobre la conducta, y como no, con el desarrollo del autoconcepto y autoestima.



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

El patrón de atribuciones más perjudicial es el que define lo que se considera como “indefensión”. Los éxitos se atribuyen a causas externas, variables y no controlables, y los fracasos a causas internas, percibidas como estables y no controlables o modificables.

En consecuencia, lo que habría que hacer para ayudar a las personas a tener una autoestima ajustada y un buen autoconcepto, así como mejorar su motivación es enseñarles a atribuir tantos éxitos como fracasos al esfuerzo, causa interna, presumiblemente variable y controlable.

2. AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN DEL ALUMNO EN EL AULA

2.1. Influencia de la autoestima del profesor.

Una característica especialmente dura de la tarea del profesor es que él mismo es objeto del conocimiento de sus alumnos. Además de la comunicación explícita, de aquello que el profesor dice y explica, comunica muchas otras cosas, maneras de razonar, estilos cognitivos, personalidad, actitudes, valores, ... Todos sabemos que las actitudes, los valores, la ética se muestran, no se demuestran. El maestro auténtico no puede sólo hacer de maestros, ha de serlo. Un profesor con baja autoestima, tendrá todas las características de una persona con autoestima empobrecida, y lo peor aún, lo trasladará a sus alumnos. Si el profesor goza de confianza en sí mismo, podrá ayudar a crecer a alumnos con autoconfianza, seguros de sí mismos, y con motivación y atención, condiciones indispensables para que se produzca el aprendizaje.

Para el profesorado en general, tener una buena autoestima está en la base de una labor educativa positiva, efectiva y conforme al mismo significado de la palabra “educar”. El profesor es un modelo, un ejemplo... si él trabaja por y para la construcción personal, seguramente sus alumnos lo percibirán y tratarán y podrán imitarlo.

Siguiendo al autor Franco Voli (1998), exponemos a continuación las pautas oportunas para el crecimiento personal como profesores, para tener una elevada autoestima:

- Aceptación de uno mismo y búsqueda de los propios potenciales
- Posibilidad de crecimiento personal y de cambio
- Desactivación de hábitos y preconceptos
- Renuncia a la negación *“Somos lo que somos pero lo que podemos ser es responsabilidad nuestra”*
- Empatía
- Respeto mutuo
- Relación profesor-alumno.- como relación de fe, colaboración y apoyo mutuo para el desarrollo de cada uno de ellos.



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

- Disciplina, el profesor con elevada autoestima no suele tener problemas de disciplina, ya que su forma de actuar en clase crea una disciplina de autorresponsabilidad y autorrealización por parte de los alumnos.
- Estilos de aprendizaje
- Comprensión
- Comunicación clara y comprensiva
- Escucha activa
- Humildad
- Integridad y honestidad
- Falsa modestia
- El perdón, como paso obligado para elevar nuestra autoestima. Así podremos buscar soluciones y crear alternativas.
- Amor incondicional
- Comunicar la afectividad
- Validar sentimientos
- Conversación interior, referido a los pensamientos que nos mandamos a nosotros mismos. Hay que procurar que sean reforzantes y positivos, y reflexionar e intentar dar un cambio de dirección a los pensamientos negativos y de reproche.
- Conversación externa
- Errores como aprendizaje
- Somos la causa de nuestra vida
- Acción en acción, nuestro trabajo de modificación se realiza en el propio campo de acción, sobre la marcha
- Pensamiento creativo
- imaginación
- Entusiasmo
- visualización
- Actitudes positivas
- Aceptar las diferencias personales

La labor de reencuentro como seres humanos y profesionales con elevada autoestima, esto es, con nuestro yo autorrealizante, debe ser una decisión nuestra, fruto de una reflexión y una labor personal de autorreconocimiento y automotivación. No se trata de algo inviable, sólo que para ello debemos estar concienciados y trabajar en esta línea. "Somos seres humanos sin límites".



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

2.2. Influencia de la autoestima de los padres.

El papel que juega la familia en relación al desarrollo del sujeto es fundamental, no sólo porque a través de ella son cubiertas las necesidades básicas para la supervivencia, sino porque además en su seno se realizan los aprendizajes imprescindibles para poder desenvolverse en la sociedad. La familia constituye, pues, un contexto de socialización especialmente relevante para el sujeto.

En el ámbito familiar es donde el sujeto desarrolla las primeras percepciones sobre sí mismo, basándose en la información que sobre él le transmiten los otros más significativos, que en este caso son los padres. Así, se ha señalado como aquellos padres que ofrecen una educación caracterizada por el control y exigencia de madurez al sujeto, al mismo tiempo que por altas manifestaciones de comunicación, aceptación y respeto hacia el mismo, favorecen en éste el desarrollo de una imagen positiva, así como sentimientos de autoconfianza y autoeficacia, que repercutirán de forma positiva sobre sus futuras relaciones con los demás y sobre su ajuste y conducta social.

Por otra parte, en edad escolar, la familia también ejerce una gran influencia sobre la conducta de aprendizaje del sujeto y sobre su rendimiento. La actitud y conducta de los padres, sus creencias y expectativas acerca de la capacidad y logros del sujeto, favorecen el desarrollo de un autoconcepto académico positivo o negativo, así como un tipo de motivación (intrínseca o extrínseca) hacia las tareas escolares, factores que determinan, en parte, los resultados académicos que éste obtenga. De esta forma, aquellos padres que tienen creencias, conductas y actitudes positivas (p.ej. estimular la curiosidad, la persistencia, independencia, etc., en relación a las tareas) y altas expectativas en cuanto al rendimiento del sujeto, están promoviendo el desarrollo de sentimientos positivos de autoconfianza y autocompetencia, que favorecen la motivación intrínseca hacia los aprendizajes escolares, repercutiendo ésto de forma positiva sobre el rendimiento.

Numerosas investigaciones ponen de manifiesto que, los patrones atribucionales que llevan a ciertas percepciones de los padres sobre sus hijos, conllevan consecuencias específicas sobre éstos últimos (Coll, Palacios y Marchesi, 1996)

En definitiva, durante los primeros años de vida, el contexto familiar, la información y valoración que los padres ofrecen al sujeto, la conducta y actitudes hacia el mismo, determinarán sus sentimientos de confianza y competencia y, por lo tanto, su conducta. Por todo esto, la salud psicológica de la familia (estructura y relación entre sus miembros) es fundamental para un correcto desarrollo de los niños.



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

- Conflicto Familiar Y Autoestima.

Son numerosos los autores que han tratado de estudiar la posible influencia de los conflictos familiares en la autoestima de los hijos, obteniendo resultados que efectivamente corroboran esta relación. Se ha visto que la cohesión familiar, cuando se evalúa a través de las percepciones del niño, tiene una influencia importante en el desarrollo de la autoestima infantil. Cuando los niños perciben el conflicto entre los padres o entre ellos mismos y sus padres, se puede esperar una autoestima más baja.

Con respecto a las familias de un solo padre, la investigación de Cooper pone de manifiesto que no tienen por qué ser en sí mismas negativas para sus hijos, ya que, es la *calidad de la vida familiar* la clave en el bienestar psicológico del niño.

En numerosas ocasiones los niños de las categorías “coalición de padres” y a los de “familias divididas” han sido considerados pertenecientes a ambientes familiares en conflicto. Pero por ejemplo, a veces, hay niños que se sienten aislados en sus familias (tienen el padre, la madre y hermanos), y sin embargo no encuentran sus ambientes familiares apoyativos y felices. Estos niños puntúan significativamente más bajo en autoestima. Por ello, vuelvo de nuevo a incidir en que el aspecto más importante con respecto a las relaciones con los hijos es el de la buena calidad en las relaciones con los mismos.

2.3. Influencia de la propia autoestima del alumno en el aula.

El hecho de que el alumno tenga una autoestima adecuada o una baja autoestima le va a influir de manera general en todos los aspectos de su vida, y más concretamente en la etapa escolar le va a influir en la motivación o no hacia los estudios, en las formas de interacción social con los compañeros, y en todo lo relacionado con el proceso de enseñanza aprendizaje.

Un alumno con una **autoestima adecuada, elevada**, tendrá como consecuencias:

- Le hace al niño sentirse satisfecho de lo que hace y disfrutar con sus pequeños éxitos: “¡Fíjate lo bien que me han salido las cuentas!”
- Le impulsa a obrar con independencia: “Yo me encargo de recoger la silla y la mesa”
- Le ayuda a expresar con facilidad sus sentimientos: “qué pena que no tengamos hoy E.F., con lo bien que me lo paso!
- Desarrolla su capacidad de frustración permitiéndole aceptar los contratiempos sin perderse en estériles lamentaciones: “Hoy teníamos la carrera. Está lloviendo. No importa correremos en el pabellón y si no la aplazaremos para la semana próxima”
- Le hace servicial y le da ascendiente moral sobre los otros: “Quieres que te ayude a resolver el problema?”
- Le acostumbra a asumir responsabilidades: “Maestra, yo puedo recoger los balones”



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

- Le transmite un sentimiento fundamental de optimismo para afrontar nuevas tareas y objetivos: “¡Qué bien mañana empezamos a aprender las divisiones!”

Un alumno con **baja autoestima**, tendrá como consecuencias escolares:

- Desconfianza en sus propias capacidades: “Yo no sirvo para la E.F porque soy muy torpe”
- Le produce ansiedad e inseguridad ante situaciones que no logra dominar: “No haré el teatro de imitaciones porque haría el ridículo”
- Le hace sentirse desvalorizado ante los demás: “No salgo a la pizarra porque mis compañeros se ríen de mí”
- Le vuelve cohibido y falto de naturalidad en la expresión de sus sentimientos: “Me da igual el profesor que nos toque, que manden al que quieran”
- Le lleva a desentenderse fácilmente de sus responsabilidades: “No me he preparado la canción, porque la maestra no dijo que la íbamos a cantar de unos en uno”
- Le provoca continuas frustraciones: “No has traído el balón, ¿ves? Así no podemos jugar a nada”
- Debilita su carácter haciéndole influenciado ante la opinión de los demás: “Me pegué con aquel niño porque los demás me llamaban cobarde”

3. EL TRABAJO DEL PROFESOR/A EN EL AULA Y SU INTERACCIÓN CON LOS ALUMNOS.

3.1. Metodología motivadora.

El profesor debe intentar seguir en sus clases metodologías ricas y variadas. Puede utilizarse la enseñanza expositiva y el aprendizaje por recepción, el estudio dirigido, el aprendizaje por descubrimiento guiado y el aprendizaje autónomo. En cada momento deberemos utilizar aquella metodología que nos parezca más directa, más eficaz o más enriquecedora y, sobre todo, más motivadora. Debemos combinar el trabajo individual de los alumnos con trabajos en pequeños y grandes grupos, la reflexión individual con los debates, etc.

Decidir qué tareas, qué actividades de enseñanza-aprendizaje realizarán los alumnos es una de las tareas más creativas que pueden realizar los profesores. Uno de los criterios que debemos tener en cuenta para esta selección de actividades es la motivación de los alumnos. Podremos decir que una actividad será preferible a otra si (según Raths, 1986) cumple las siguientes funciones:

1. Permite al alumno tomar decisiones razonables sobre cómo desarrollarla y ver las consecuencias de su acción.



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

2. Atribuye al alumno un papel activo en su realización.
3. Exige al alumno una investigación de ideas, procesos intelectuales, acontecimientos o fenómenos de índole personal o social y le estimula a comprometerse en esa actividad.
4. Obliga al alumno a interactuar con su realidad.
5. Puede ser realizada por alumnos de diversos niveles de capacidad y con intereses diferentes.
6. Obliga al alumno a examinar en un contexto nuevo una idea, concepto, ley, etc, que ya conoce.
7. Obliga al alumno a aplicar y dominar reglas significativas, normas o disciplinas.
8. Es relevante para los propósitos e intereses explícitos de los alumnos.

Es importante en cualquier caso que tengamos presente que nuestro objetivo es conseguir aprendizajes de calidad, aprendizajes realmente significativos, profundos. No debemos contentarnos con aprendizajes memorísticos o superficiales.

Los alumnos pueden abordar el aprendizaje de dos formas distintas, utilizando un enfoque profundo o un enfoque superficial.

Enfoque profundo: Intención de comprender; fuerte interacción con el contenido; relación de nuevas ideas con el conocimiento anterior; relación de conceptos con la experiencia cotidiana; relación de datos con conclusiones; examen de la lógica de los argumentos.

Enfoque superficial: Intención de cumplir los requisitos de la tarea; memorización de la información necesaria para pruebas o exámenes; se encara la tarea como imposición externa; ausencia de reflexión acerca de propósitos o estrategias.

El hecho de que los alumnos utilicen un enfoque u otro va a depender del tipo de actividades que les proponamos, los medios que proporcionemos para realizar estas actividades y el tipo de evaluación que se realice.



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

3.2. Factores Motivacionales

Basándonos en Keller (1988), podemos decir que los factores motivacionales son cuatro: la información recibida se procesará en mejores condiciones si existe atención, si se considera útil, si se prevé que se va a tener éxito y si la actividad produce alguna satisfacción.

- **Atención**

Es una concentración selectiva sobre algo que encaja en nuestros esquemas previos. Supone el primer paso para que el aprendizaje sea significativo. Las siguientes estrategias pueden favorecer la atención de los alumnos:

INTERROGANTES	ORGANIZADORES
<ul style="list-style-type: none"> - El profesor introduce los nuevos contenidos mediante preguntas-problema. - Las preguntas-problema plantearán a los alumnos conflictos que irán resolviendo a medida que se desarrolla el tema. 	<ul style="list-style-type: none"> - El profesor facilita los prerrequisitos necesarios para comprender los nuevos contenidos. - Establece uniones entre lo ya conocido y lo nuevo de forma manipulativa, visual o simbólica.
EXPLICACIÓN	DESCUBRIMIENTO
<ul style="list-style-type: none"> - El profesor da respuesta a los conflictos propuestos. - Utiliza ejemplos, anécdotas, comparaciones, analogías, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - Los propios alumnos resuelven los conflictos. - Se usan estrategias algorítmicas, heurísticas, y pasos de proceso hipotético deductivo.



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

• **Utilidad**

La motivación mejora cuando el alumno percibe que puede resolver alguna necesidad. Estas las podemos clasificar en:

- *Personales*: se satisface alguna de las necesidades citadas por Maslow.
- *Instrumentales*: una meta inmediata sirve para obtener metas posteriores.
- *Culturales*: coinciden con los valores de ciertos grupos de referencia (padres, compañeros,...).

Estrategias que pueden colaborar a que el alumno considere útil una tarea pueden ser:

RESULTADOS POSITIVOS	NECESIDADES DE PODER
<ul style="list-style-type: none"> - El profesor facilita a los alumnos la adquisición de resultados positivos con un riesgo moderado. - Establece la línea base. - Propone variedad de metas. - Facilita una valoración adecuada de los avances por parte del contexto social. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ejerce su influencia para ayudar al alumno. - Da tiempo a los alumnos para reflexionar. - Delimita papeles, ofreciendo a los alumnos responsabilidad y satisfacción para evitar conflictos.
COOPERACIÓN	NECESIDADES INSTRUMENTALES
<ul style="list-style-type: none"> - Se propone trabajar en grupo. - Los alumnos colaboran y comparten éxitos y fracasos. - Se establece una evaluación individual. 	<ul style="list-style-type: none"> - El profesor procura que los alumnos consideren las tareas como necesarias para futuras metas. - Explica los objetivos a conseguir.



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

• **Expectativas de éxito**

Las actitudes de una persona hacia el éxito o el fracaso pueden tener una influencia causal sobre sucesos reales. Se trata de crear un ambiente educativo que estimule en los alumnos sentimientos de competencia y control personal que desemboquen en éxitos. Las siguientes estrategias pueden ayudar a conseguirlo:

OBTENER CONTINUADOS	ÉXITOS	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA
- El profesor propone tareas que los alumnos pueden resolver sin error. - Se refuerza al alumno a cada paso.		- El profesor proporciona información sobre: organizadores, objetivos, técnicas de estudio, análisis de tareas,...
AUTOCONTROL		ÉXITO Y ESFUERZO
- El alumno hace operativas las conductas que le llevan hacia el objetivo. - Controla su atención durante la clase.		- El profesor ayuda a que el alumno valore su esfuerzo, reconociéndolo con algún tipo de refuerzo.

• **Satisfacción por los resultados**

La valoración de los resultados obtenidos que hacen los demás y uno mismo influyen en la motivación necesaria para seguir adelante con la actividad.

Hay que conseguir un equilibrio entre las motivaciones intrínsecas y extrínsecas. Estrategias que pueden favorecer esto son:

PREMIOS	CONTEXTO	FEEDBACK
- Se utilizan refuerzos derivados de la tarea. - Los premios extrínsecos se dan de forma inesperada y no contingente.	- El profesor crea ambientes positivos. - No muy controlados. - Los alumnos mantienen un alto nivel de actividad.	- Las alabanzas después de la actuación del alumno. - Las correcciones antes de la siguiente actuación.



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

3.3. Actuación del profesor/a.

Como consecuencia de lo dicho, una posible manera de actuar los profesores que puede incidir positivamente en la motivación de los alumnos, ya que tiene en cuenta las cuatro factores comentados anteriormente, puede ser la siguiente:

- Empezar las explicaciones de un tema indicando cuáles son los conceptos base necesarios para un adecuado seguimiento del tema.
- Organizar y relacionar los conceptos base mediante algún tipo de esquema.
- Evaluar de alguna forma los conceptos base de cada alumno.
- Empezar cada tema planteando preguntas-problema.
- Permitir a los alumnos plantear experiencias para resolver las preguntas-problema.
- Establecer relaciones entre lo que el alumno sabe y los nuevos contenidos que debe aprender utilizando experiencias, audiovisuales o explicaciones.
- Utilizar en las explicaciones ejemplos concretos y cercanos a los alumnos, incluso pueden utilizarse anécdotas que hagan más divertida la clase.
- Aplicar habilidades y conocimientos adquiridos a diferentes situaciones.
- Establecer el nivel de conocimientos del grupo y desde ahí empezar con los conceptos nuevos.
- Ordenar y presentar los contenidos desde los más fáciles a los más difíciles.
- Proponer una variedad de metas y objetivos que permitan al alumno diferentes opciones.
- Animar y estimular los avances individuales-
- Enseñar a los alumnos a controlar personalmente su trabajo académico (atención en clase, horario de estudio, realización de esquemas, resúmenes, etc...).
- Dar tiempo suficiente para que cada alumno reflexione y pueda resolver una actividad antes de enseñar cómo realizarla.
- Ayudar a los alumnos con dificultades, proponiendo actividades que puedan resolver sin demasiados errores.
- Utilizar algunas veces el trabajo en grupo.
- Animar y reforzar a los alumnos con dificultades en cada paso concreto.



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

4. PAUTAS DE ACTUACIÓN CONCRETAS CON ALUMNOS CON BAJA AUTOESTIMA

Identificaríamos a un alumno con baja autoestima, cuando detectemos que tiene escasa o nula disponibilidad hacia el aprendizaje, porque carece de motivación. Además de presentar los rasgos característicos de una persona con baja autoestima (frustración, miedo al fracaso, atribuciones internas, estables y no modificables, etc.), seguramente el alumno presente unas pautas de comportamiento desadaptativas, percibiendo la tarea como amenaza, centrándose exclusivamente en los resultados e identificando los errores como fracasos.

- Pautas de actuación:

En primer lugar, como equipo educativo al que se adscribe un maestro, sería conveniente contar con la ayuda del resto de maestros y del orientador educativo, y entre todos trabajar el problema en su conjunto mediante la observación, y las siguientes pautas:

1.- Ayudar a identificar los factores personales que contribuyen a la desmotivación:

Ejemplo: Por las expresiones de los niños.

- ¡Qué rollo de asignatura!
- No me sale, voy a suspender

Dejarse llevar por estos pensamientos hace que el alumno se centre en los aspectos negativos de la tarea, en la carencia de significado de lo que hay que estudiar, en la experiencia de incompetencia, en la posibilidad de que el buen resultado se deba a la suerte.

2.- Enseñar formas de afrontamiento favorecedoras de la motivación por aprender. Enseñaremos al alumno a:

- Buscar el valor positivo de aprender lo que estudian
- Afrontar el estudio como un desafío en que pueden lograr algo positivo
- Planificar los pasos que ayuden para comprender y resolver problemas
- Buscar modos de superar las dificultades
- Controlar el nerviosismo y la ansiedad
- Buscar las razones de los errores
- Prestar atención al proceso que les ha permitido resolver un problema
- Disfrutar con el proceso logrado

Partiremos siempre de la observación y registro de pautas utilizadas en la clase para poder mejorarlas contribuyendo a modificar el contexto motivacional, creando nuevas formas de actuación en la clase.



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

1. Estimular la curiosidad, mostrar la relevancia y facilitar el interés por la actividad:
 - a) Comenzar planteando un problema que despierte la curiosidad
 - b) Que información y metas se perciben relacionadas con el problema que despertó la curiosidad
 - c) Que comprendan lo que se les explica
 - d) La participación activa en clase
2. Facilitar la experiencia de aceptación y apoyo durante el proceso de aprendizaje
3. Evitar que el alumno se sienta obligado a hacer algo sin sentido para él. Evitar que no pueda escoger, que no experimente progreso...
4. Facilitar la experiencia de progreso mediante el diseño de las actividades de aprendizaje, los profesores se aseguran de que las actividades partan de lo que el niño conoce, que dosifiquen la información, que se creen situaciones para practicar y aplicar lo que aprenden, que se promueva la reflexión... Por otra parte es necesario diseñar actividades conceptuales, procedimentales y actitudinales
5. Identificar el modelo de interacción profesor-alumno, ya que una de las variables que influyen en la motivación del alumno es el tipo de mensajes que recibe antes, durante y después de la tarea.
6. Impacto motivacional de la evaluación de aprendizaje. Evaluación como un elemento más de aprendizaje y no como algo sancionador.

4.1. Ejemplos de actividades para la mejora de la autoestima.

Las actividades que siguen a continuación están pensadas para la Etapa de Primaria, claro que deberían adaptarse en función del ciclo al que nos dirijamos. Estas actividades deben pasarse a toda la clase y dejar bien claro que no son exámenes, ni nadie lo realiza mejor que otro, lo que importa es la sinceridad. Estas actividades sirven para conocer la autoestima del alumno, pero también para que él mismo sepa darse cuenta de su propio autoconcepto.

Con respecto a cómo se **evaluarían** los resultados, requiere de tiempo. No se cambia la autoestima de la noche a la mañana, deberíamos realizar otras muchas actividades a lo largo del curso escolar, y al final podemos volver a pasar estas mismas actividades u otras similares, y hacer una comparación entre las primeras respuestas y las últimas. Si se han modificado, entonces habremos logrado nuestro objetivo: La mejora de la autoestima de nuestros alumnos.

- Actividad 1.

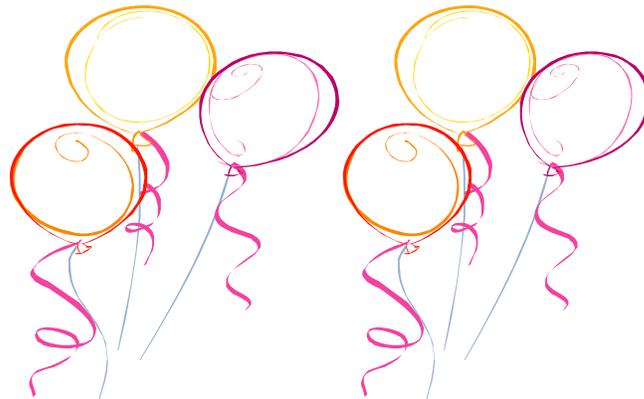
Consiste en un cuestionario a modo de juego, sobre cómo se ve el alumno. Se le dan unas características previas de referencia. El alumno deberá reflexionar sobre sus propios rasgos que le caracterizan

Creo que soy...

Pretendo que reflexiones sobre ti, en cómo eres. Cada persona tenemos una serie de rasgos que nos hacen únicos y diferentes a los demás.

Te presento un total de 20 características y quiero que las leas con mucha atención, porque cuando finalices esta actividad habrás averiguado algo nuevo

Vas a introducir en los globos solo 6 características que creas que mejor te definen.



Alegre; Tranquila; Obediente, Ordenada, Sincera, Soñadora, Cariñosa, Trabajadora, Elegante, Atractiva, Estudiosa, Limpia, Simpática, Solidaria, Divertida, Humilde, Segura, Atenta, Educada, Amable

Don Globín dice que si tenemos otras cualidades y no las has puesto en la página anterior las escribas en estos otros globos:



Ahora observa detenidamente los rasgos que has escrito en todos los globos.

¿Ya has terminado? Buenos, pues así es como tú te ves, tú crees que eres una persona que tiene todos los rasgos que han quedado escritos dentro de los globos. ¿te gustaría describir a esa persona que has descubierto? ¿Sí?, pues adelante. Luego podeis hacer una puesta en común y así comprobar cómo se ven el resto de tus compañeros

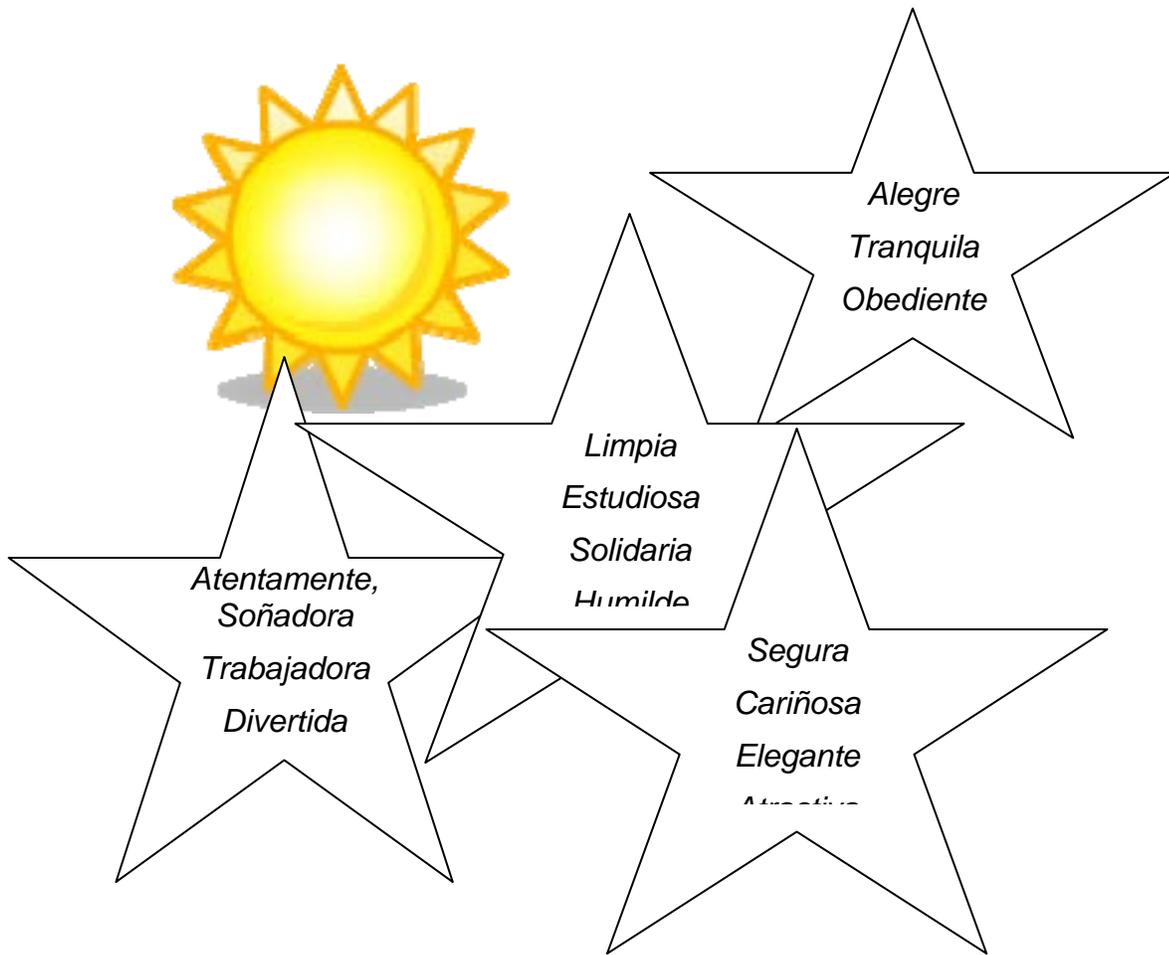


• Actividad 2.

Cuestionario para el compañero para afianzar la autoestima y compararla con lo que pensamos de nosotros mismos con la dinámica anterior.

Cuestionario para mi compañero o compañera

¡Hola! Compañero/a..... Me gustaría que de las características que ves metidas en las estrellas, rodearas mediante un círculo las que creas que tiene....., tu compañero, como persona. Quiere conocerse mejor y necesita tu opinión. Después en el sol vacío escribe las que tú crees que más le definen.



Ya sabes que es muy importante que reflexiones antes de contestar.



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

- Actividad 3. Ahora la labor sería comparar alumno por alumno, el cuestionario relleno por ellos mismos y el completado por sus compañeros.

5. BIBLIOGRAFÍA.

- Alonso Tapia, J. y Caturla Fita, E.(1996): *La motivación en el aula*. Madrid: PPC.
- _ Alonso Tapia, J. (1997): *Motivar para el aprendizaje: teoría y estrategias*. Barcelona: Edebé.
- _ Álvarez Hernández, J., Ibáñez Bisbal, M., Martínez Lirola, E., Martínez López, M. y Pérez Segura, F. (1998): *Guíame: guía de desarrollo y orientación profesional*. Valencia: Promolibro.
- _ Coll, C., Palacios, J., Marchesi, A. (1996): *Desarrollo psicológico y educación II. Psicología de la Educación*. Madrid: Alianza Psicología.
- _ Franco Voli (1998): *Pautas para reencontrarse como seres humanos con elevada autoestima*. Apuntes universitarios. Universidad Almería
- _ Valero García, J. M. (1991): *La escuela que yo quiero*. Gram Editora: Buenos Aires.
- _ Valles Arándiga, A. y Vallés Tortosa, C. (1999): *Programa para el desarrollo de la inteligencia emocional*. Método EOS: Madrid.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Beatriz Hernández Nieto
- Profesión: Maestra y Psicopedagoga
- Centro, localidad, provincia: Almuñécar (Granada)
- E-mail: beatrizhn2@hotmail.com